1
1
あご先
a
b
c
d
生えぎわ
つむじ

「なんだかおかしい」を
徹底攻略

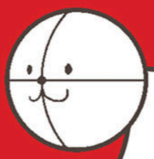
人物の描きかたバイブル

小椋芳子

流行のイラストも年齢＆性別の描きわけも
ここからスタート

日本文芸社

「なんだかおかしい」を
徹底攻略



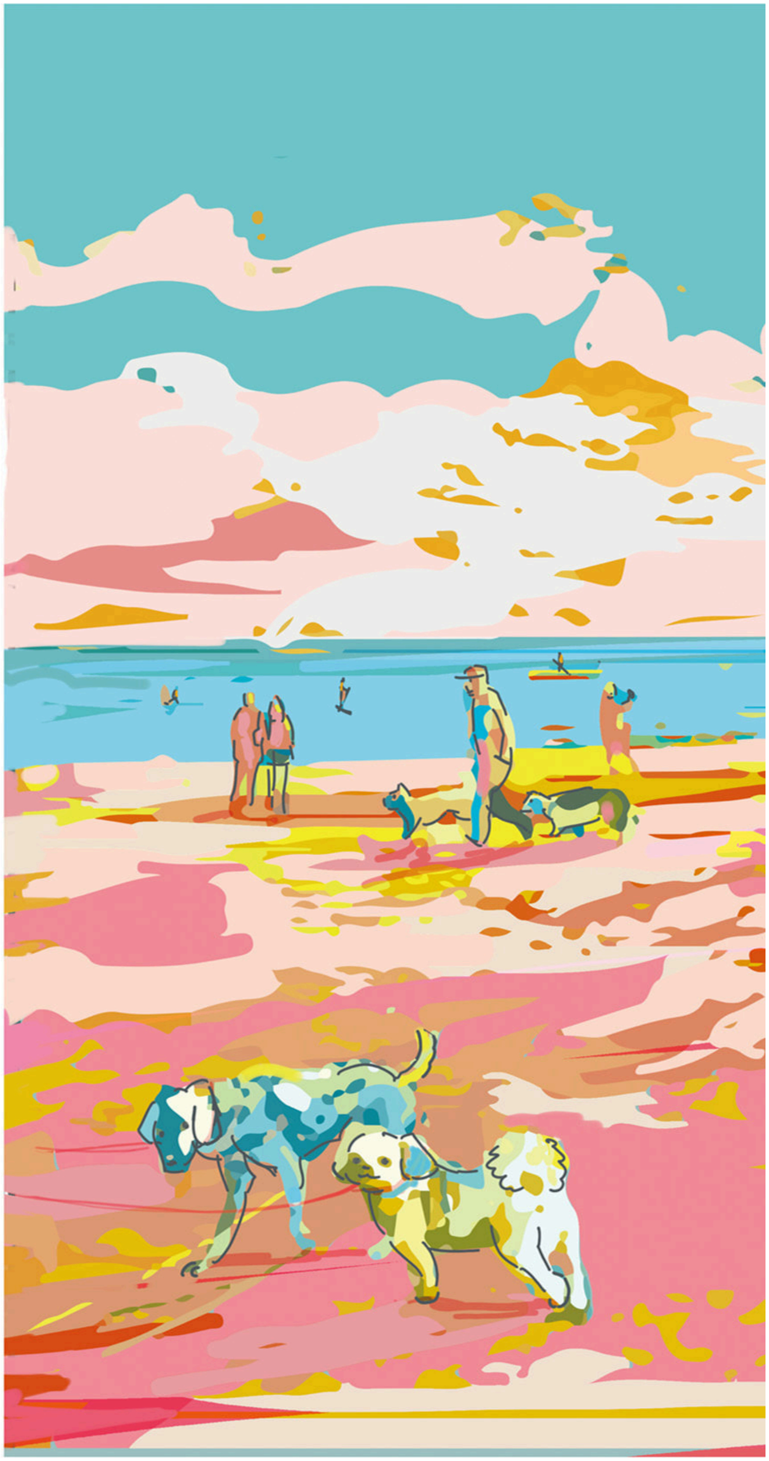
人物の
描きかた
バイブル

小椋芳子

日本文芸社

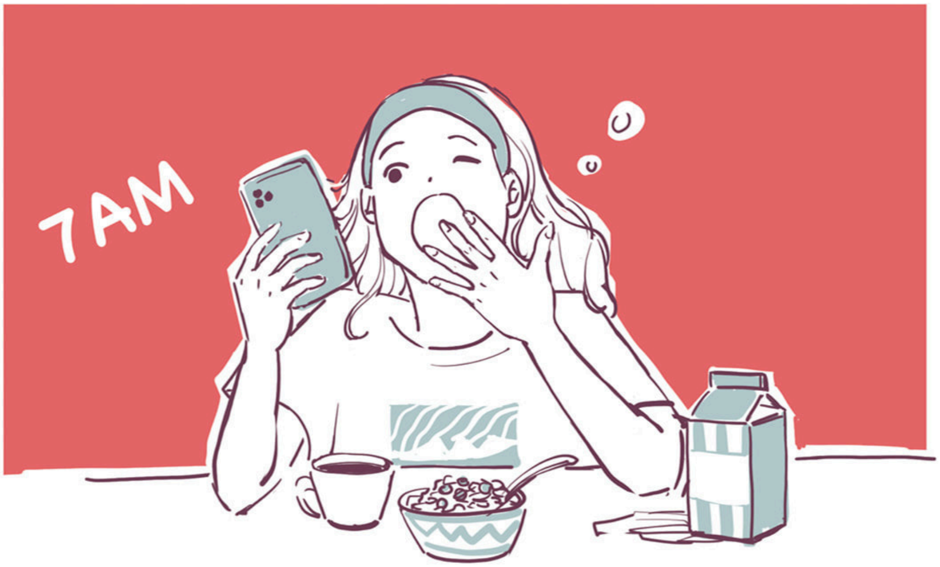
人物から広がる
イラストの世界

人物が描けるようになれば、難しいパースや構図をつかった背景を組みあわせなくとも、アイデア次第でひとつの作品をつくり上げることができます。背景色にテーマをもたせたり、人物の配置を工夫したりしてみるだけで、自分だけの作品ができるのです。

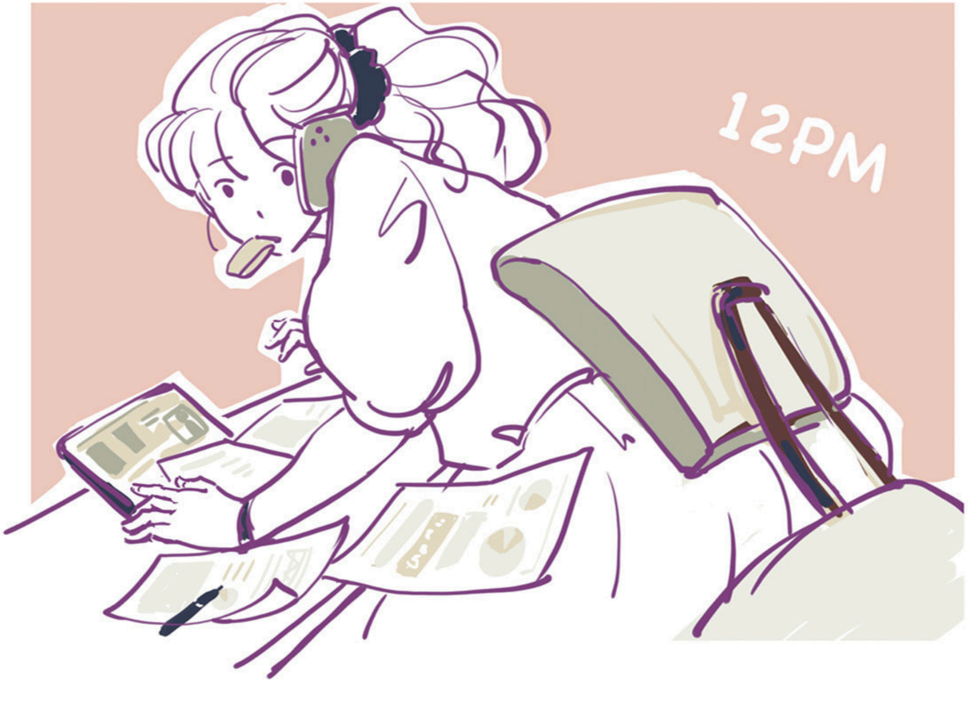


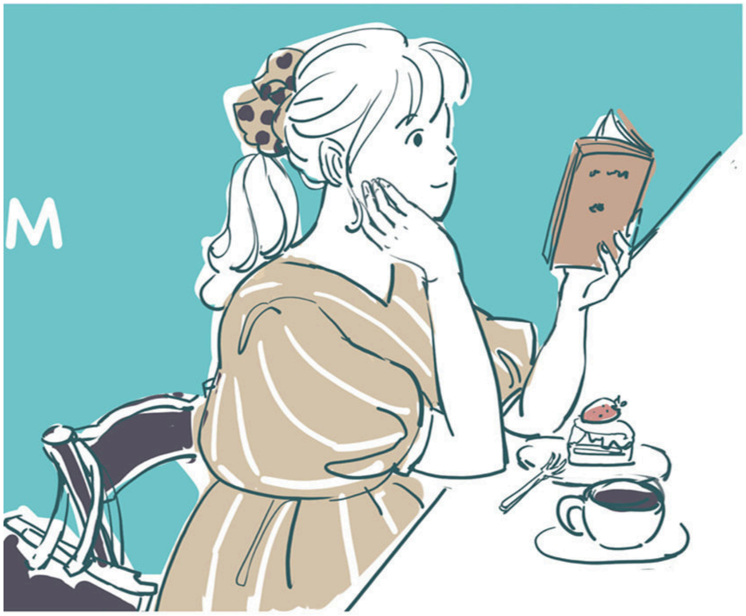
Idea 1 背景は大まかな形で OK、色で表現する

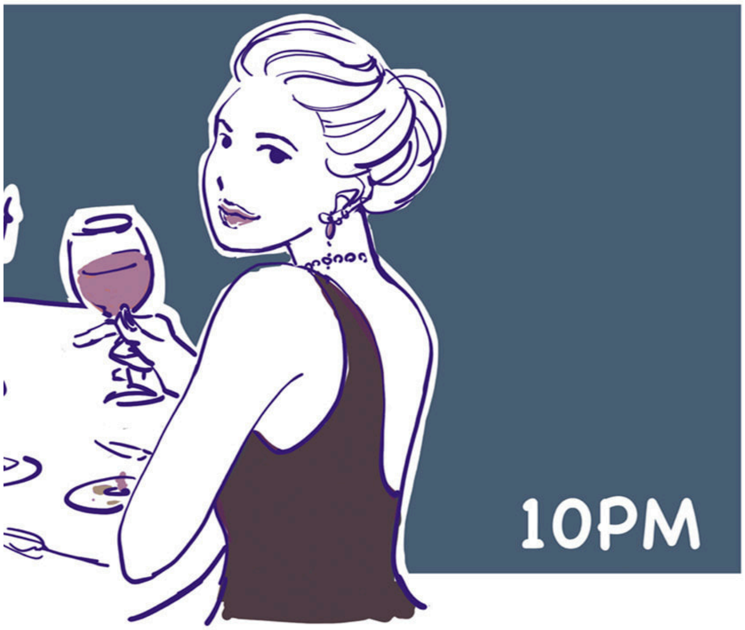
一見むずかしそうな広々としたビーチが題材です。背景を細かく描写するのではなく、形でとらえています。雲や海、砂浜の色も、固定観念にとらわれず自由に好きな色で描いてみましょう。手前に犬がいるだけで、奥行きが生まれます。


7AM

3P


12PM

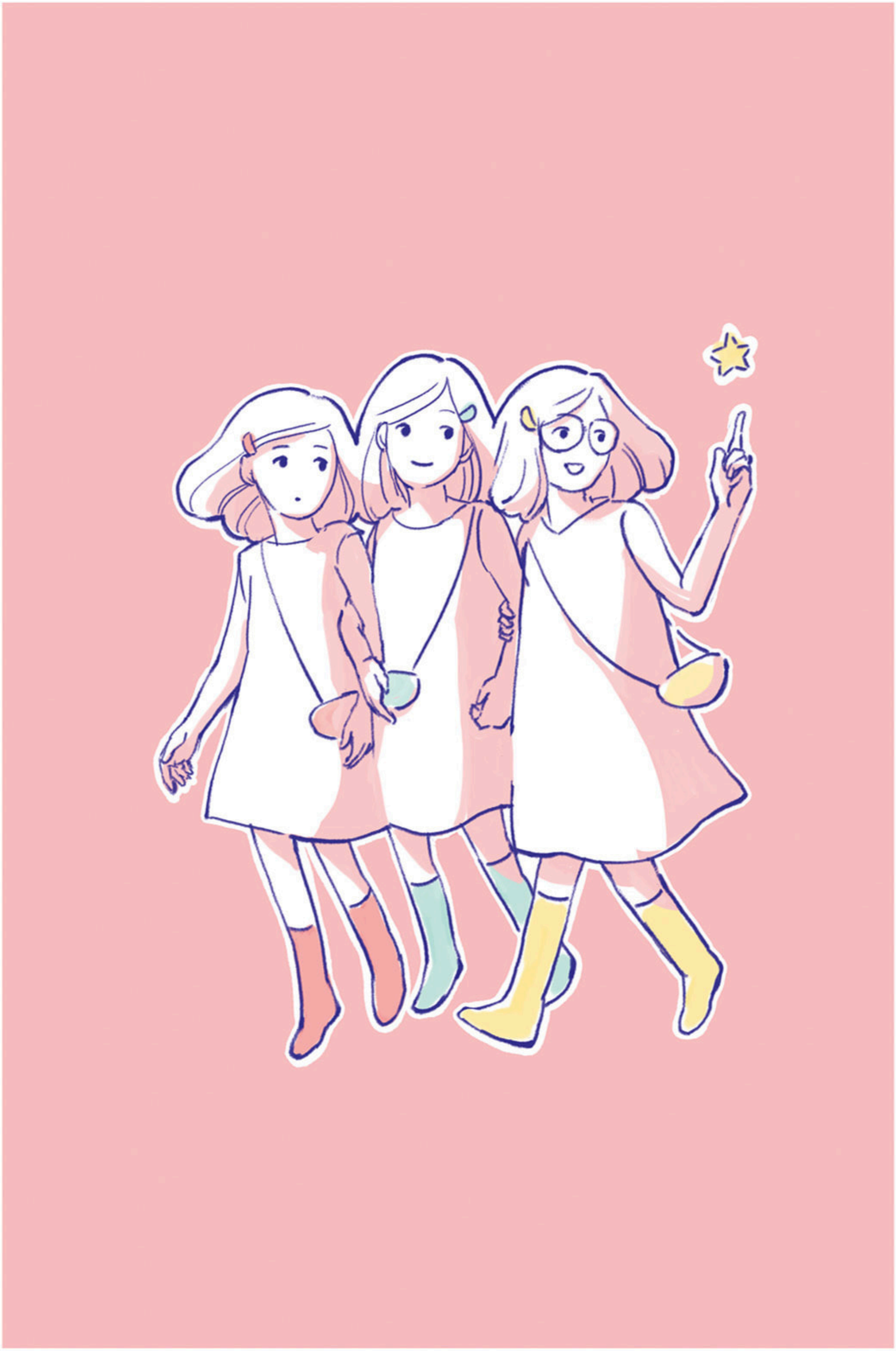




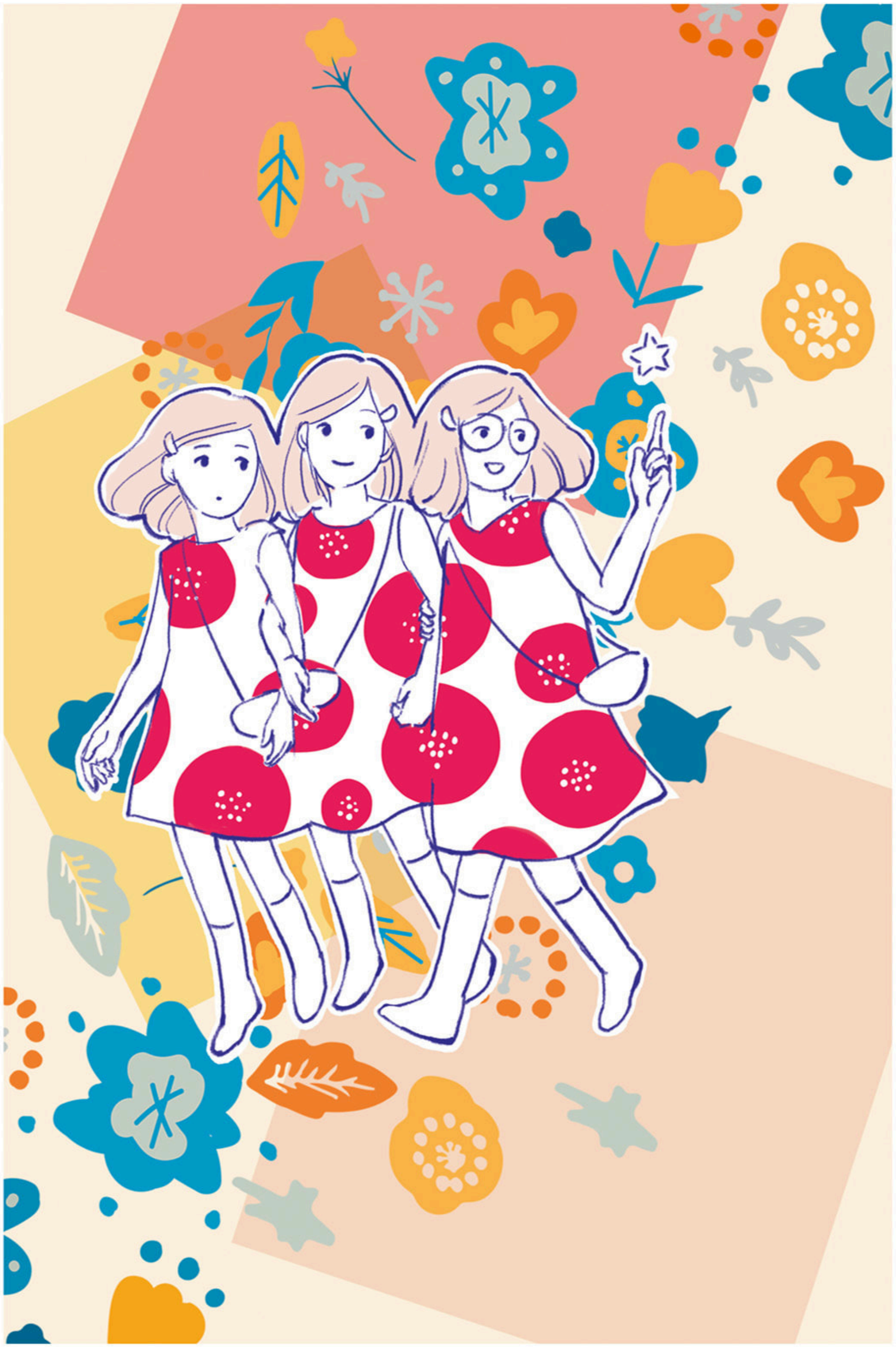
Idea 2

「ある一日」というテーマで、背景色で時間の経過をあらわし、全体のイメージをまとめています。ひとつひとつの絵はシンプルですが、組みあわせることで見ごたえある作品に。ただ絵を並べるのではなく、テーマ性をもたせることで完成度がアップします。

Idea 3 同じ構図を、背景色やモチーフでアレンジ

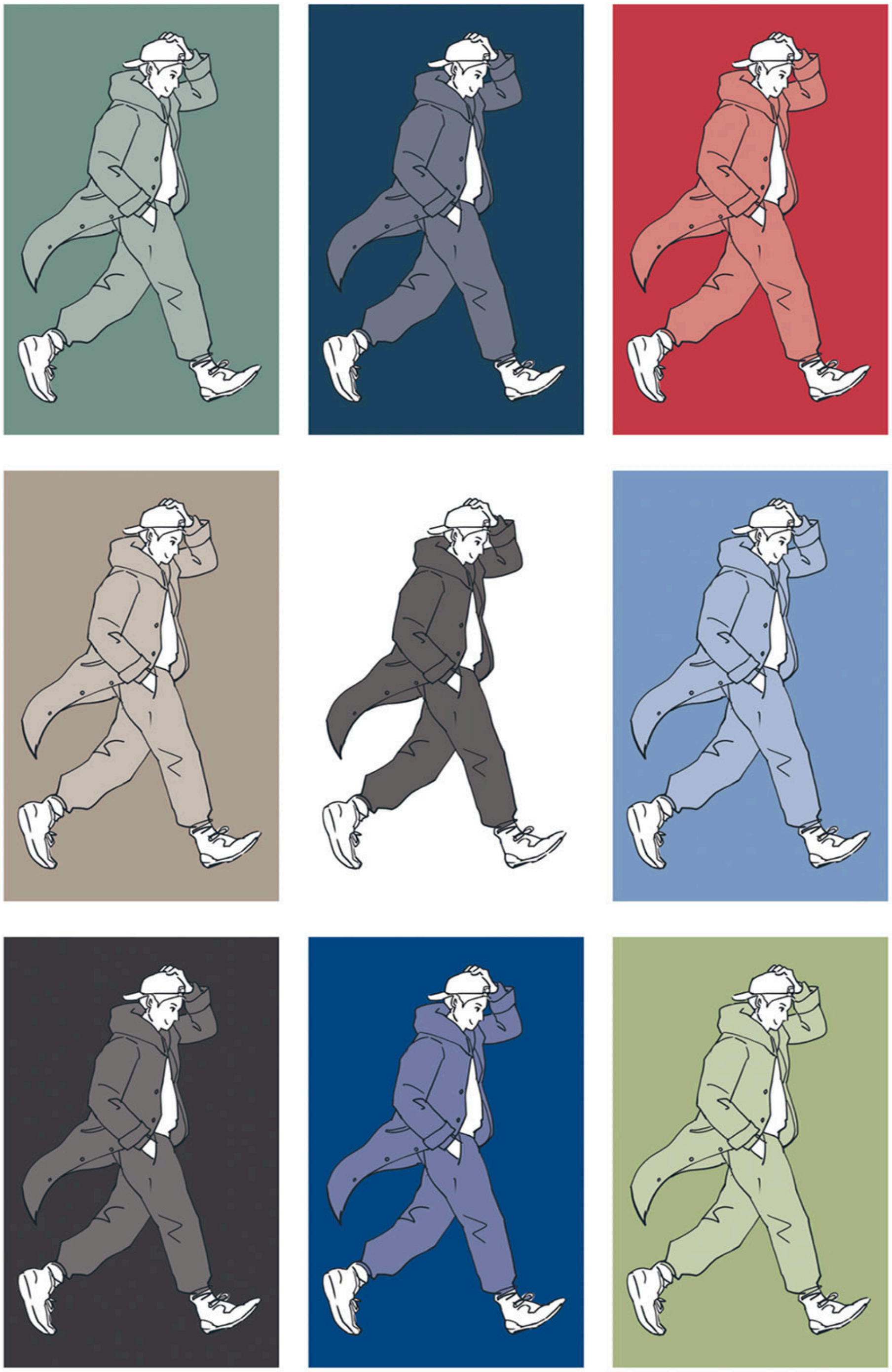


人物イラストに、差し色や背景パターンで変化をつけています。人物だけだとスペースがゆったり、色をさしこんだりモチーフをちらしたりすると華やかに。左は陰影をつけて、アイテムにのみ色をつけています。右はワンピースのテキスタイルをつなげた演出もポイント。

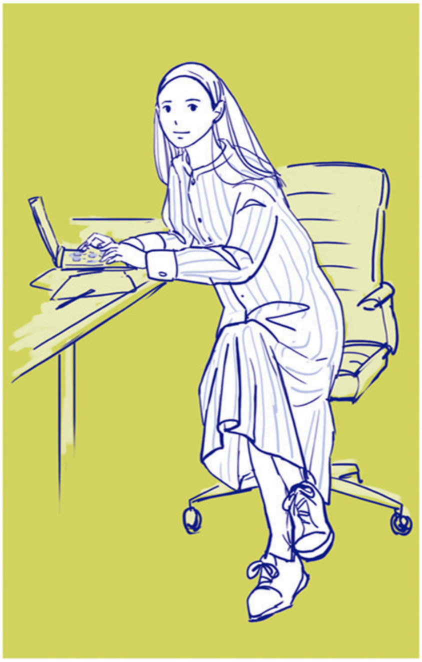


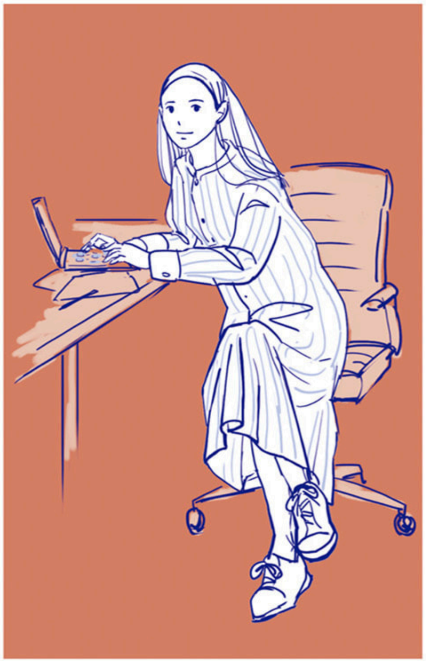
Idea 4

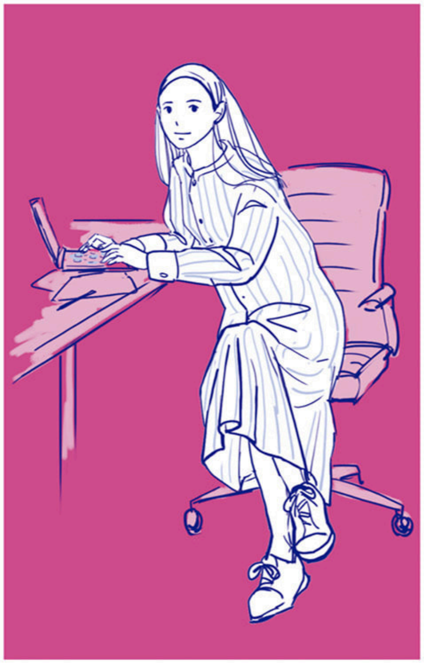
同じイラストを並べて世界観をつくる

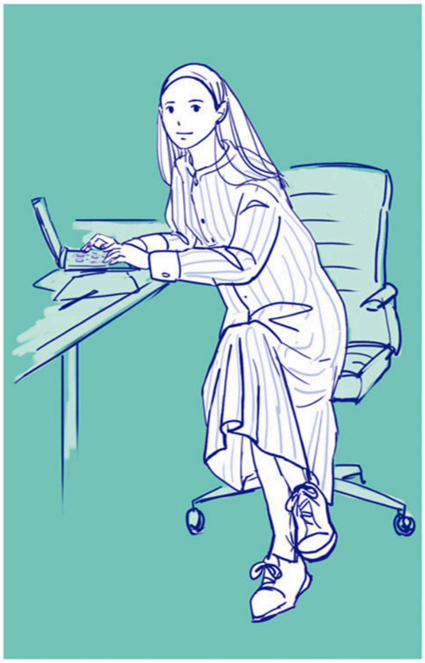


同じイラストを何枚か並べてつくった作品です。ひとつの作品のなかで何分割するのか、色をどうするのかによって、バリエーションが広がります。背景にだけ色をつけたり、服にも色をつけたりするなど、アレンジを考えてみましょう。

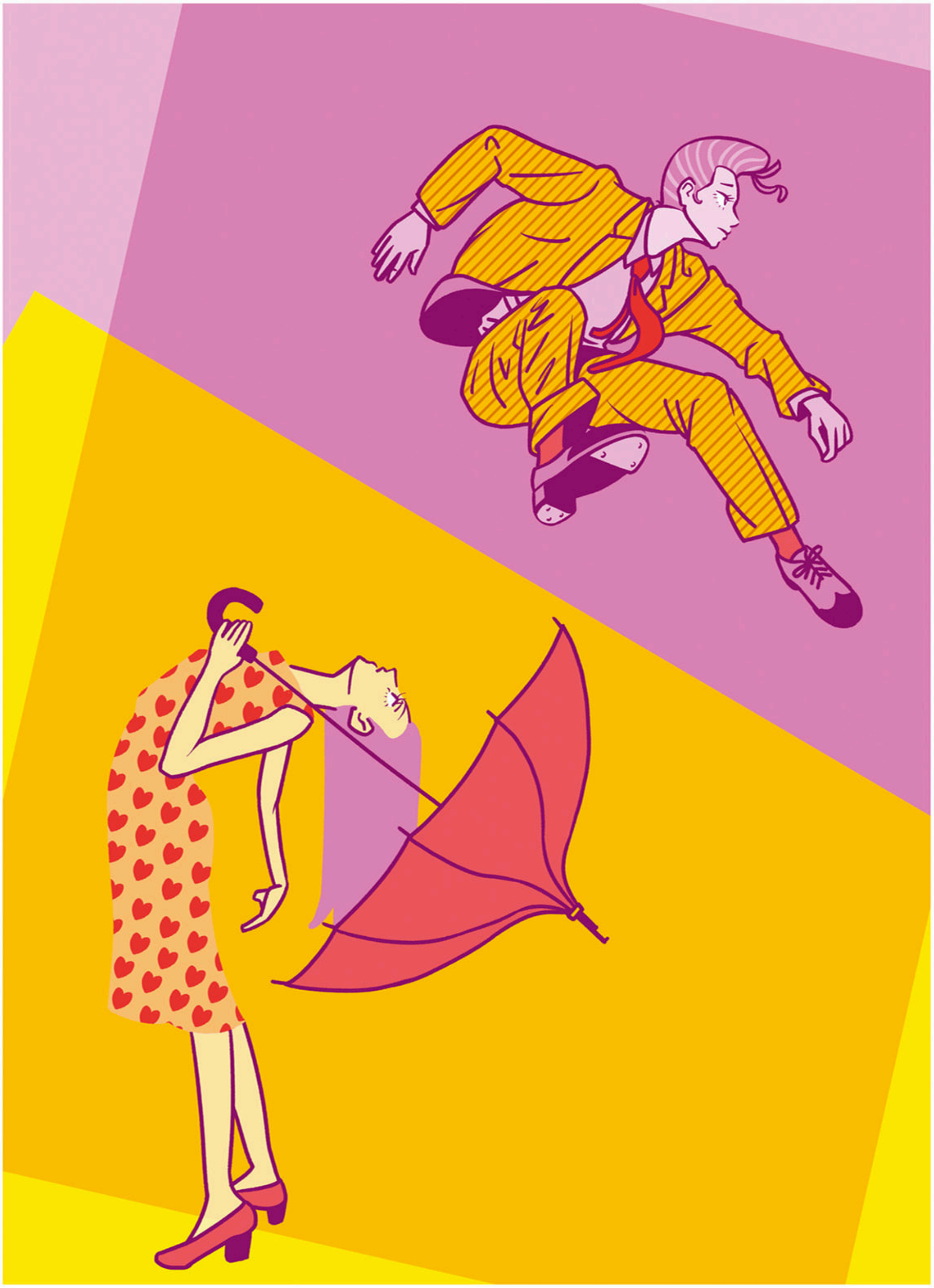




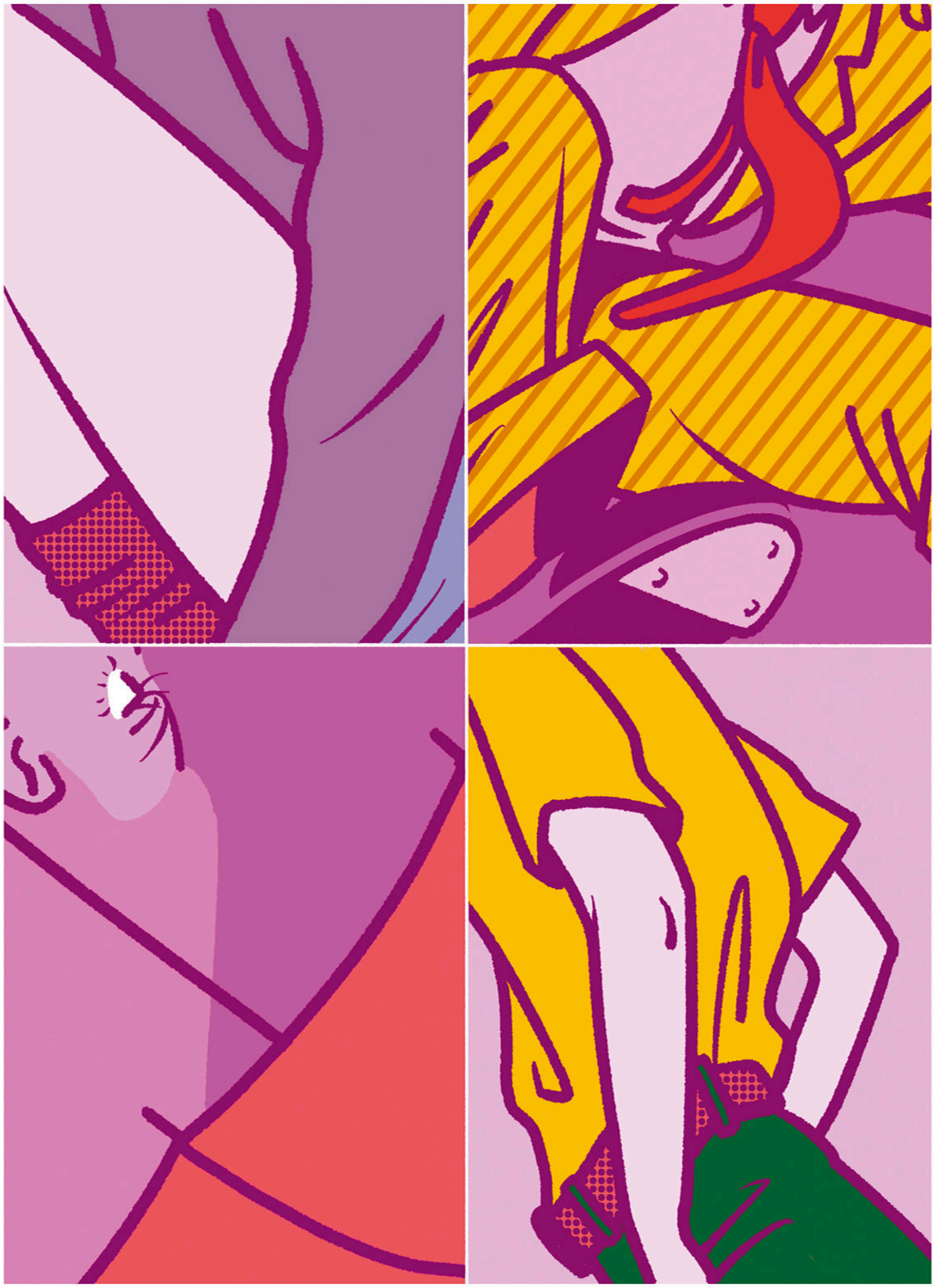




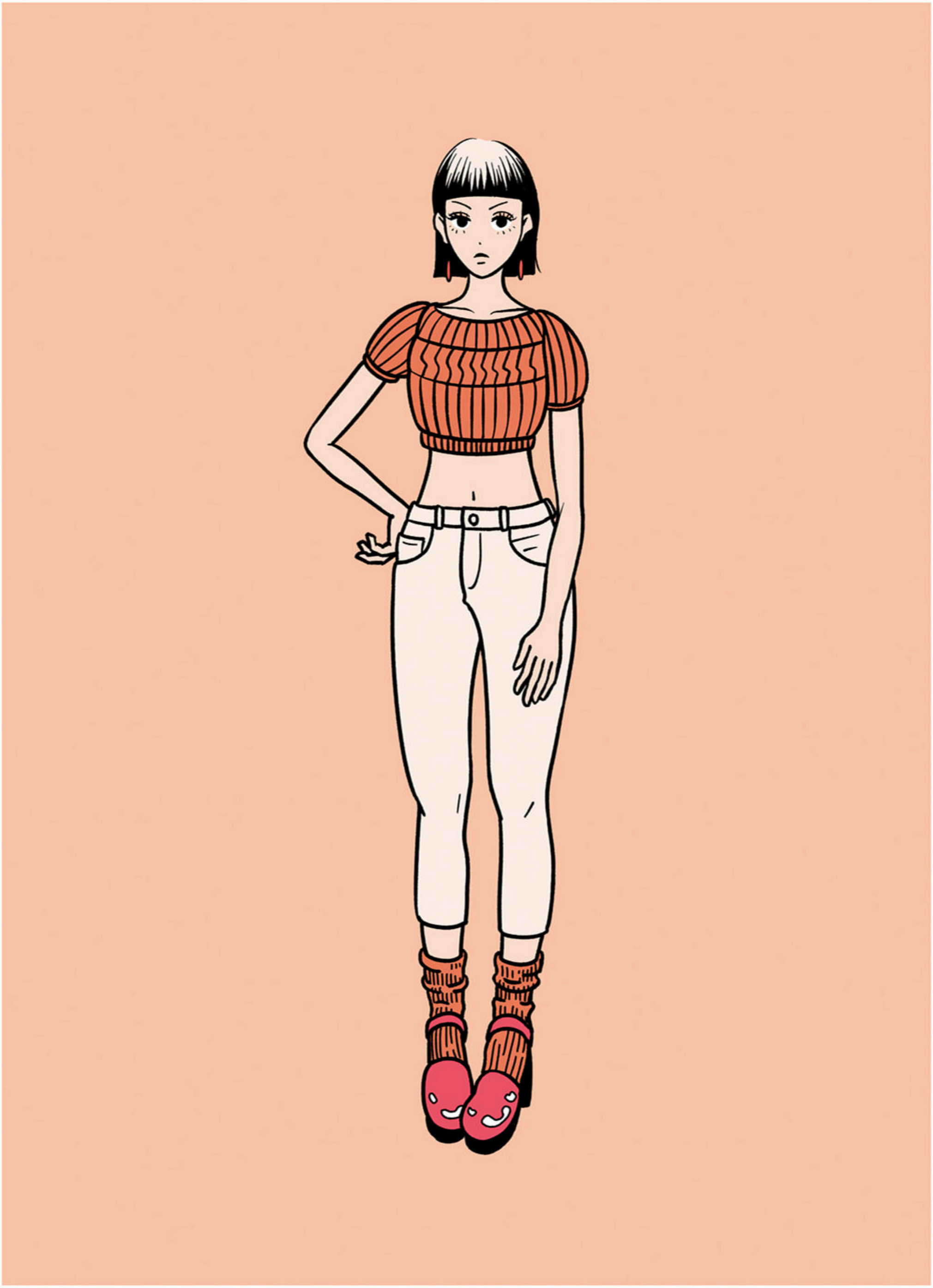
Idea 5 動きのあるポーズと構図でアレンジ



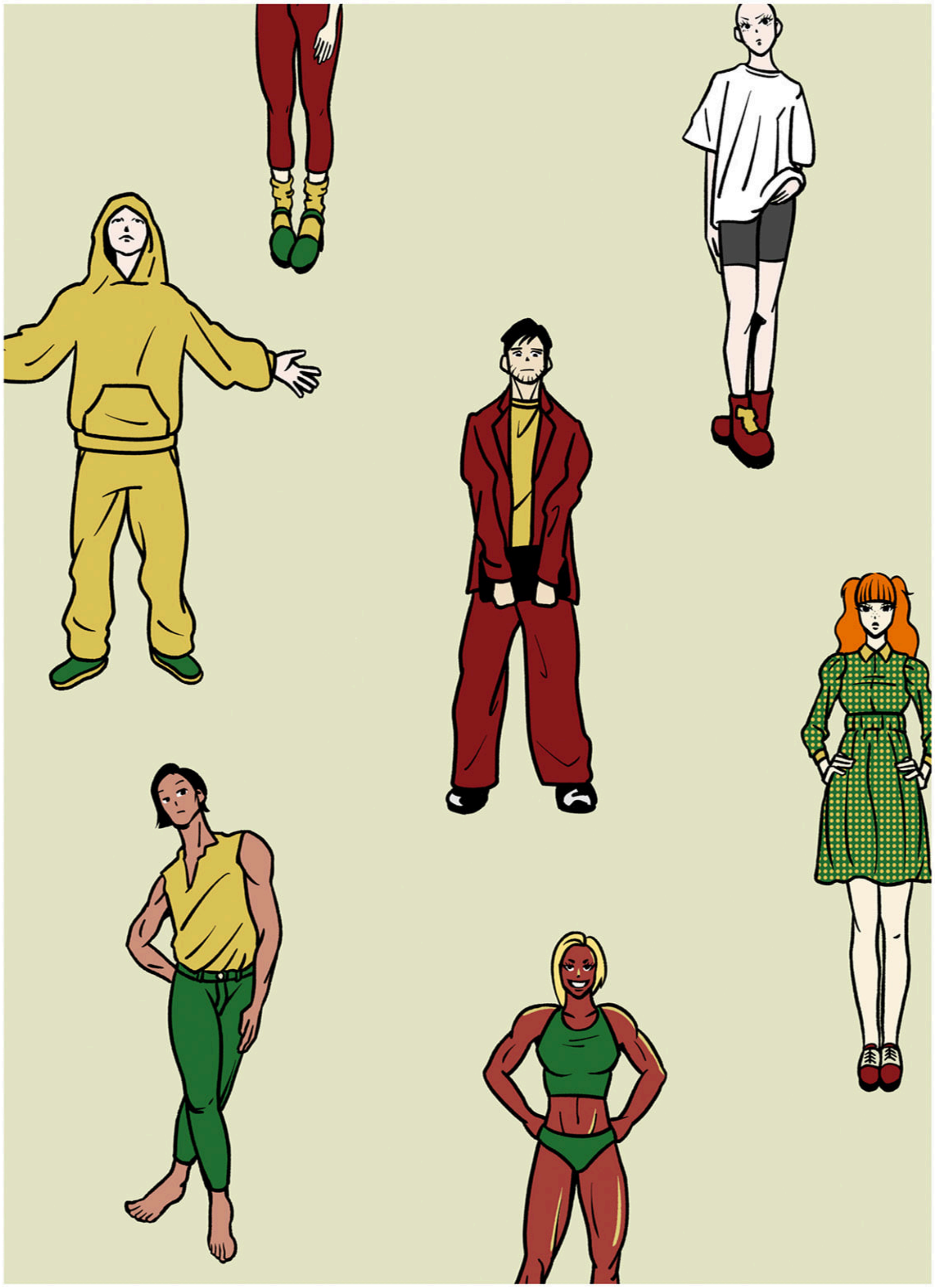
イラストレーターXIAN OZNさんによる作品。ポーズに動きをつけるとシンプルな構図でも見ばえがします。体の一部にズームして組み合わせても作品になりますね。お気に入りの部分を選んでも。輪かく線をオーソドックスな黒ではなく色をつけることで、アクセントに。



Idea 6 基本の人物でパターンをたくさんつくる

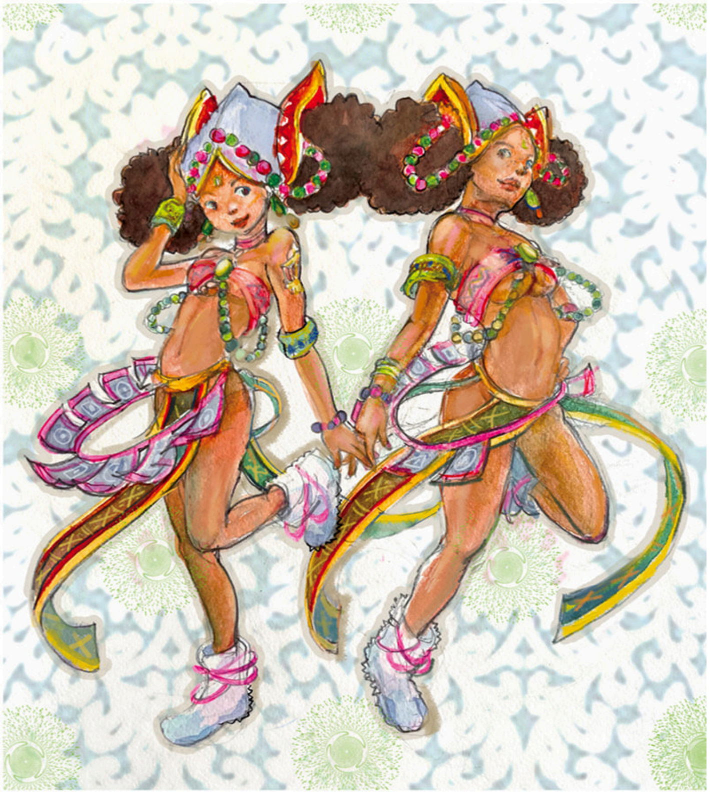


イラストレーター XIAN OZN さんによる作品。基本となる全身正面のイラストだけでも、服装やヘアスタイル、しぐさのアレンジを取りいれてバリエーションをつくれば、ひとつの作品に仕立てることができます。位置によって人物の一部が入らないようにしても。配色を考えるのも楽しいですね。



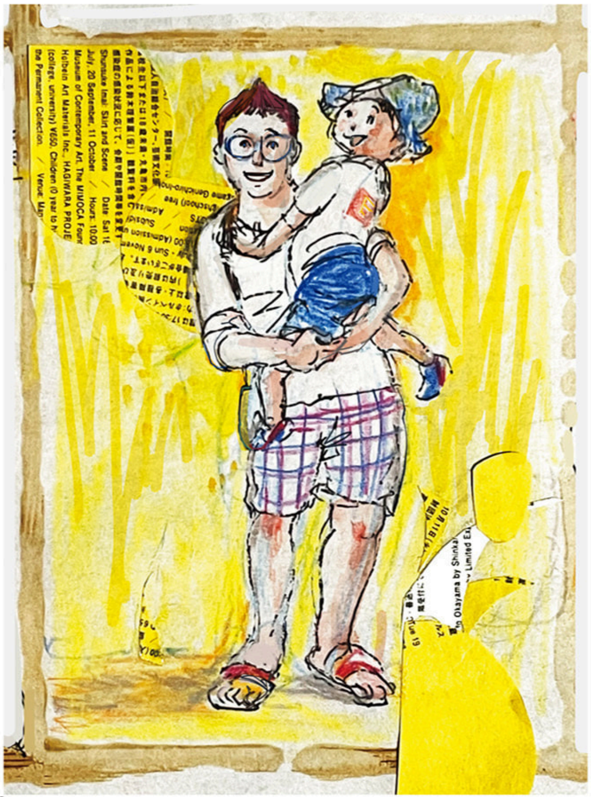
夢広がる作品たち

私の作品を紹介します。テーマを設けてみたり、そのとき感じたことをイメージしたりして、表現の幅を広げましょう。



girls

キャラクターを描くときは、それぞれの表情やポーズをより工夫しながら構図を考えるのが楽しみのひとつ。

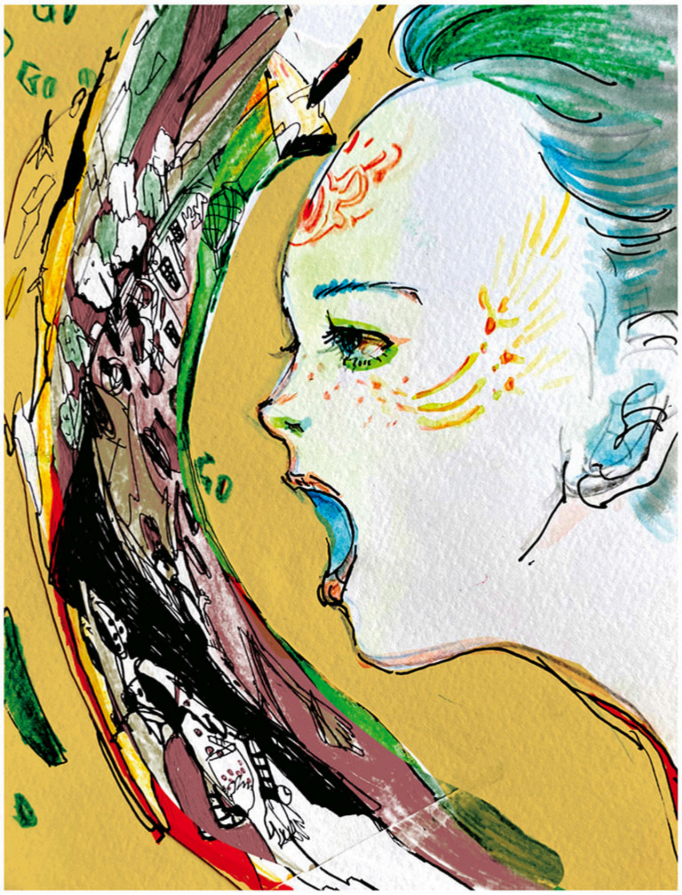


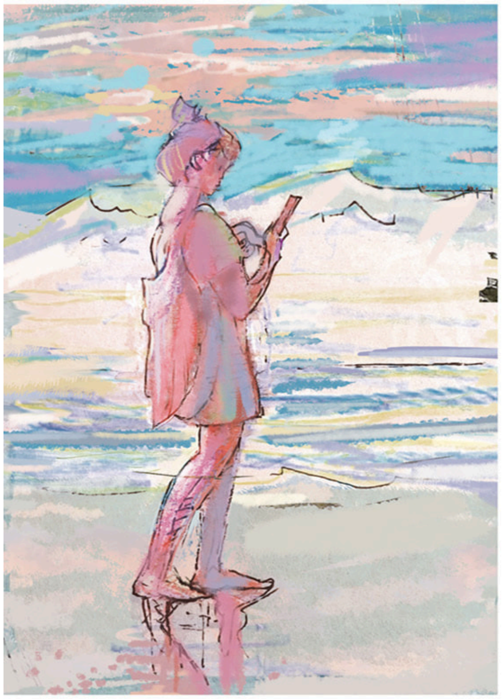
またね

お父さんのゆったりした立ちかたや、子どもの元気な動き。小さなしぐさも見逃さないように「家族の姿」を感じさせて。

月に吠える

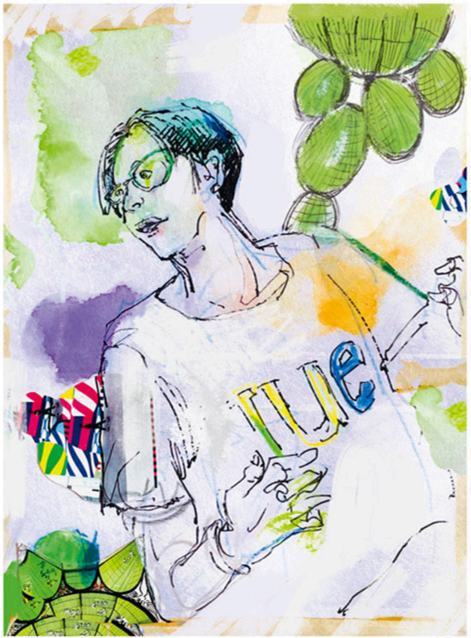
ふたつのまったく異なるイラストをコラージュ。思いきって彩度をにぶくしたのがポイント。どこを残してどこを消すかを考えて。





海の匂い

パステルのような淡い色で浜辺の空気感をだしてみました。



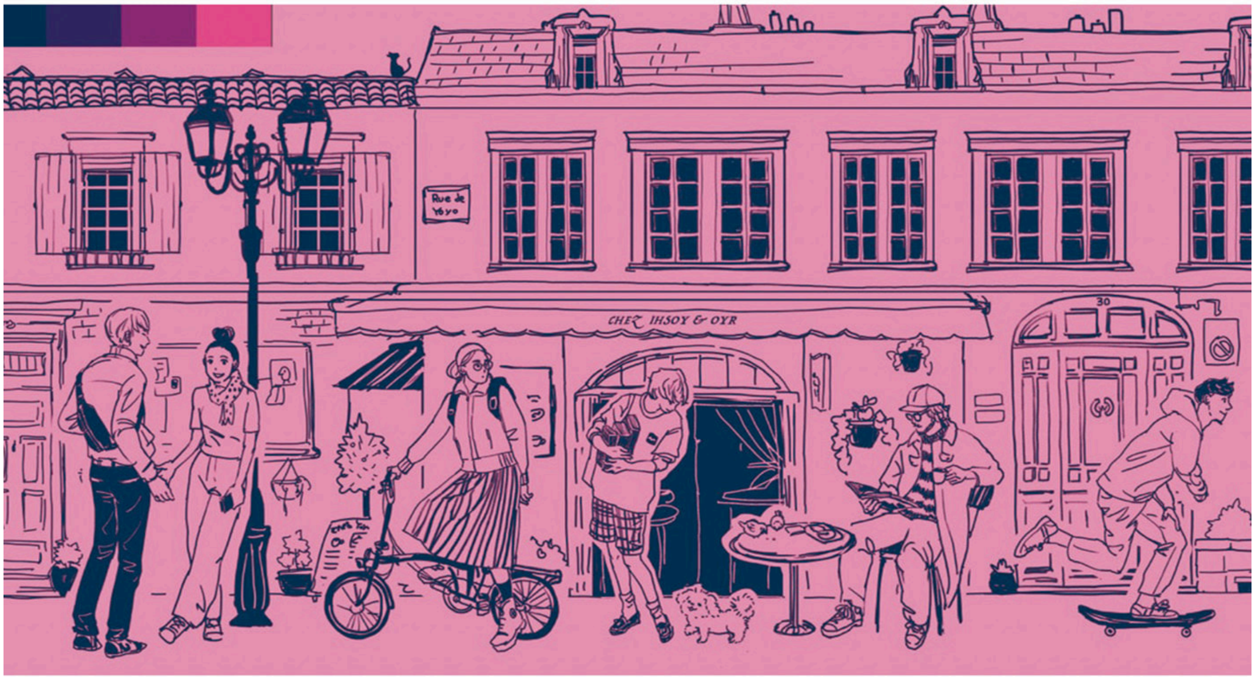
歌うたいの友

友人とおしゃべりしながら、手元のスケッチにいろいろな色を重ねてみました。

絵を描く
旅のはじまり

「絵は好きなのにうまくいかないな」と感じていませんか？
ネットでイラストの描きかたを調べることもできますし
便利なソフトがたくさんつかえる時代になっても
このような悩みはつきません。

うまくいかないと感じる理由のひとつに
「人体バランスの違和感」があります。
あまりにも見慣れている人体だからこそ、わずかなズレが気になるのですね。
そんな人のための解決策として本書は生まれました。
ほとんどの人はまず人体の基本技術をプラスするだけで
びっくりするほど上達を実感できるのです。



ただし人体の基本という言葉だけでは
なんだかむずかしそうですよね。
本書ではむずかしい解剖学的な言葉をつかわず
人体を単純な形に置き換え、イラストで理解できるようにしています。

さらに、どうすればバランスよく描けるか
効果的な描き順も工夫しました。
ほとんどの人は顔から足のほうへと描きます。
すると、慣れないうちは頭部を描くのに力が入りすぎ
お尻や足が小さくなって、バランスがくずれがち。
本書では、体の中心である胴体から描きはじめることで
人体をより描きやすくしています。
自分流で描いている人も、一度チャレンジしてみてください。

また、どう見えるかを想像し、考えることも重視しています。
構造を意識しながら描くことで
立体的に考える力がつき、どんな角度も思いどおりになるはずです。

むずかしい話はこれくらいにしましょう。
まずは基本を楽しみ、苦手意識をなくすことが大きな一歩となるでしょう。
肩の力を抜いて、興味のあるページからはじめましょう。

皆さんが少しでも
「あれ？描きやすくなった！」と感じていただければ幸いです。

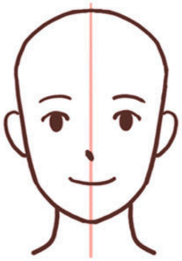
小椋芳子

contents

2 人物から広がるイラストの世界
16 絵を描く旅のはじまり

描きはじめる前に

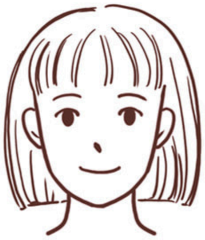
22 イメージを具体的にする
24 体はかんたんなパーツで考える
26 直線と円でウォーミングアップ
28 なんだかおかしい？ どこが変？



Lesson1 顔を描く

正面の顔

30 基本をチェックしよう
32 正面の顔を描く
36 雰囲気を描きわける
38 男女を描きわける



横顔

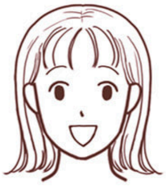
40 基本をチェックしよう
42 横顔を描く
46 斜め向きの顔を描く

ヘアスタイル

50 基本をチェックしよう
54 ロングを描く
56 ショートを描く
58 ボブを描く
61 髪を結ぶ
64 プラスワンテクニック ヘアカタログ
68 Let's practice! なぞって練習しよう

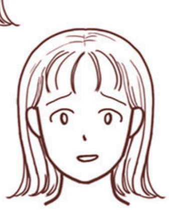
角度

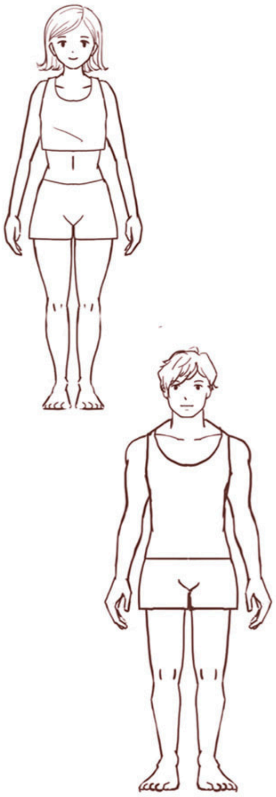
70 基本をチェックしよう
74 Let's practice! 描いて練習しよう
76 角度で顔のパーツは変化する
80 俯瞰を描く
84 煽りを描く
90 Let's practice! 描いて練習しよう



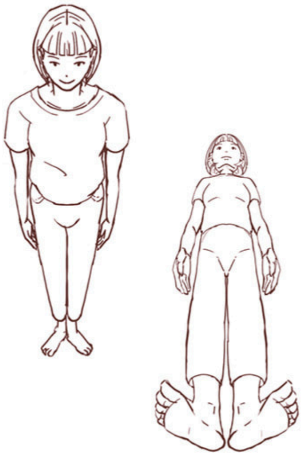
表情

92 基本をチェックしよう
94 「喜」を描く
98 「怒」を描く
102 「哀」を描く
106 「驚」を描く
90 Let's practice! なぞって練習しよう





Lesson2 体を描く



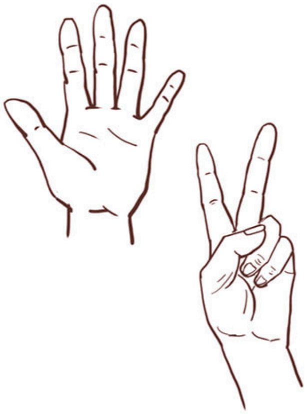
体の構造

114 基本をチェックしよう
119 正面を描く
130 横向きを描く

俯瞰・煽り

140 基本をチェックしよう
142 俯瞰を描く
145 煽りを描く

手の構造



148 基本をチェックしよう
152 開いた手を描く
155 プラスワンテクニック ミトンの法則でかんたん！
156 握った手を描く
158 ピースを描く
160 カップを持った手を描く
162 自然な手を描く
165 プラスワンテクニック 男女の手の違いってある？

足の構造

166 基本をチェックしよう
168 足を描く
174 Let's practice! 描いて練習しよう

Lesson3 ポーズを描く

ポーズ

178 基本をチェックしよう

重心

182 重心をかける

バリエーション

188 横向きにゆっくり歩く
190 歩きながら後ろをふりむく
192 横向きに小走りする
194 正面を向いてあぐらで座る
196 横向きに体育座りをする
198 斜めを向いて足を組んで座る
200 後ろに手をついて座る
202 後ろに手をついてイスに座る
204 寝転がって本を読む
206 煽りで見上げて立つ

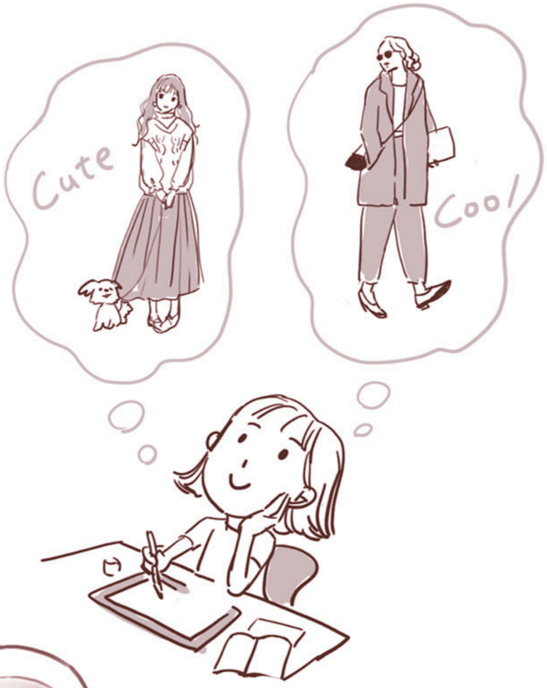
描きはじめる前に

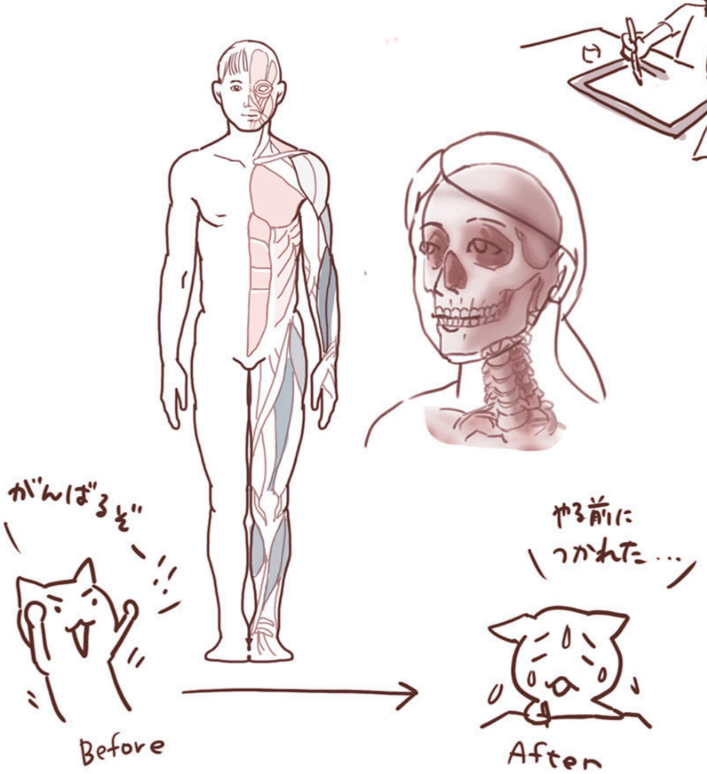
イメージを具体的にする

なんとなくイメージしたまま絵を描いても、
思ったように形になりませんよね。具体的にイメージすることが大切です。

最初にテイストを決める

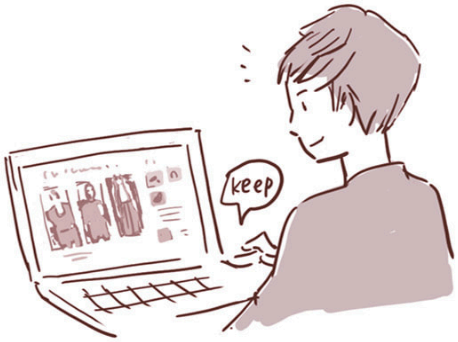
自分が描きたいものは、かっこいいのか、かわいいのか、まずは目指すテイストを決めます。絵のイメージが固まると、描きたい人物やポーズも思いつくようになります。




がんばるぞ
Before
やる前に
つかれた…
After

むずかしいことは あとで OK

筋肉のつきかたや骨の正しい位置など、人体について知ることは大切。でも、それはある程度、絵が描けるようになってからで大丈夫。たくさん描いて練習するほうが先決です。

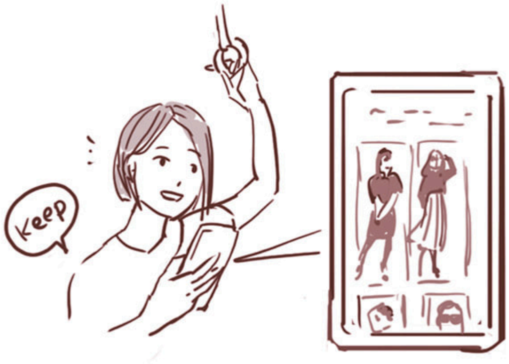


空いた時間に情報を収集しよう

いざ探そうと思って雑誌やインターネットを見ても、そういうときに限って案外見つからないもの。日ごろからアンテナをはるようにし、電車に乗っているときや待ち時間など、空いた時間に情報収集する習慣を身につけて。

見つけたらすぐに保存してあとで整理をする

いいなと思うものを見つけたら、とにかくすぐに保存！ あとから本当に必要なものをセレクトします。ごちゃごちゃしたままにしておくと見づらいので、テイスト別や、ファッションやヘアスタイルなどのカテゴリー別に分類しておくと便利。



参考にした素材をそのまま発表するのはNG

雑誌やインターネットで見つけたファッションやポージングを、練習として描くのはかまいません。しかし、SNSや人の目に触れるところに、そっくりそのままに描いたものをのせないように気をつけましょう。

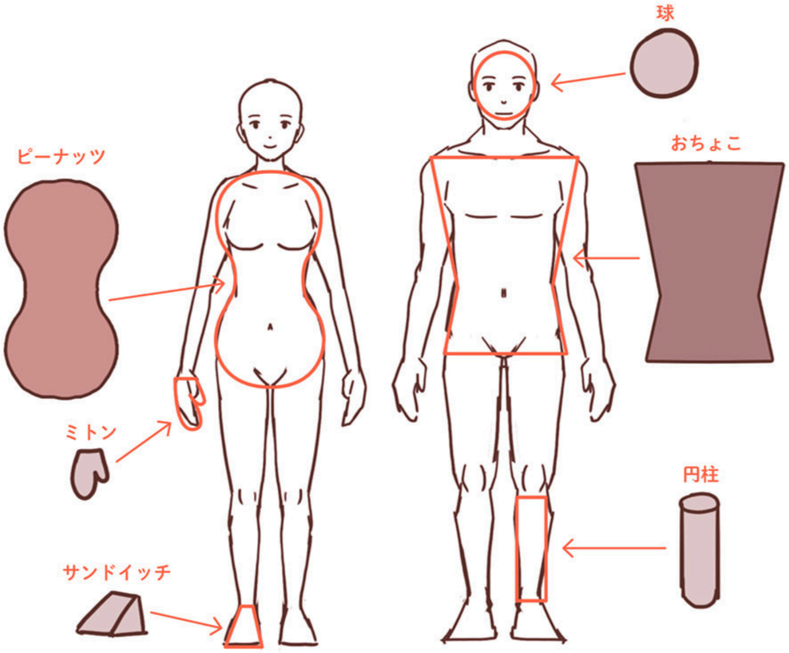
描きはじめる前に

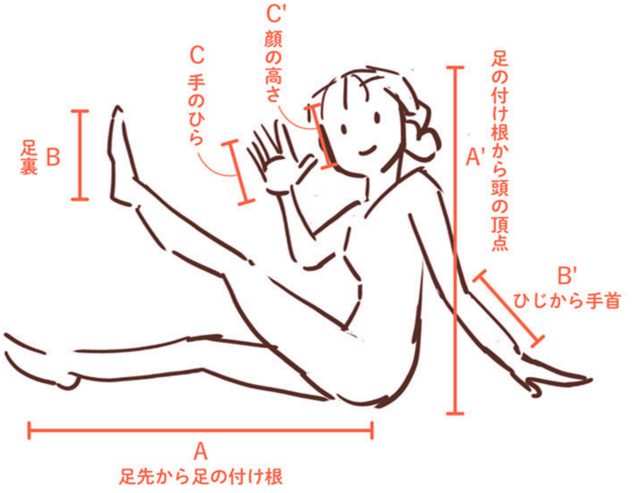
体はかんたんなパーツで考える

人間の体は複雑。むずかしく考えすぎず
頭は球体、足は円柱など単純な形におきかえてみましょう。

かんたんな形にしてしまおう

頭は球体、手はミトン、足は円柱のようにおきかえます。胴体は長方形ですが、さらに女性はピーナッツ、男性はおちょこでイメージしてみましょう。細部を省くことで、基本的なバランスが取りやすくなります。


球
おちょこ
ピーナッツ
ミトン
円柱
サンドイッチ


C'
顔の高さ
C
手のひら
足裏 B
足の付け根から頭の頂点
A'
B'
ひじから手首
A
足先から足の付け根

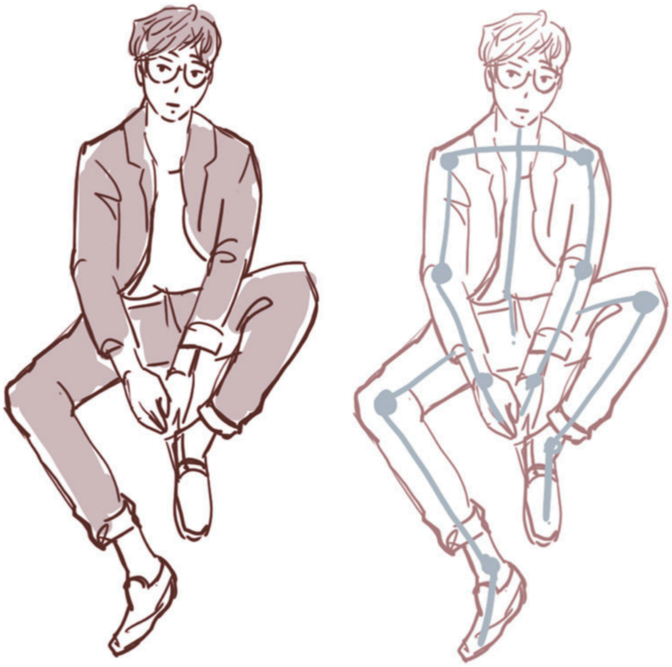
AとA'、BとB'、CとC'はほぼ同じ長さ

おおまかな体の法則を知る

あごから眉までと手のひら、頭から腰までと足の長さはほぼ長さが同じなど、体のバランスには長さの目安があります。ある程度の目安を頭に入れておくと便利です。

関節の位置を意識する

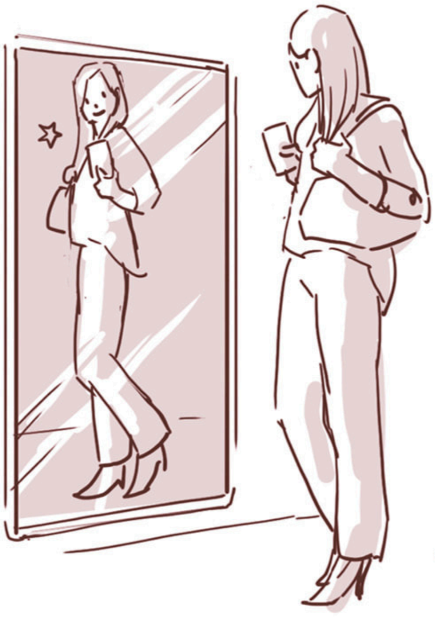
関節で手足や首が曲がるということは知っていても、実際に絵に描こうとすると間違えがち。常に関節を確認するクセを身につけましょう。



変なところで曲がらないように！
あれ??

ポージングは実際に確認

自分でポーズをとることが、上達する一番の近道です。肩と腰のどちらが上がっているかなど、自分の体を動かしてみればわかりやすいでしょう。自分でポージングするのがむずかしい場合は、家族や友達にお願いして、実際の動きを確認をしてみるとよいでしょう。



重心がどちらにかかっているのかなど、実際に鏡で見たり、写真に撮ったりして確認しよう

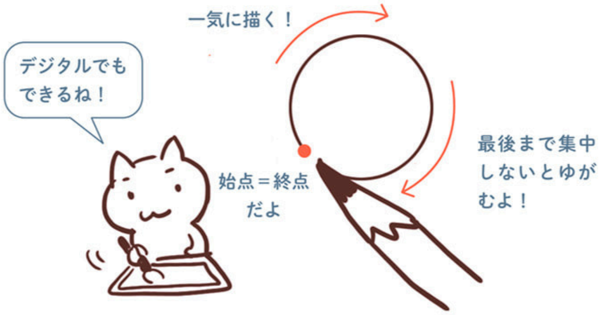
描きはじめる前に

直線と円でウォーミングアップ

絵がうまくなるには、思い通りの形を描けるようになることが大事。
基本となる線と円を何度も練習して、思い通りにコントロールできるようになりましょう。

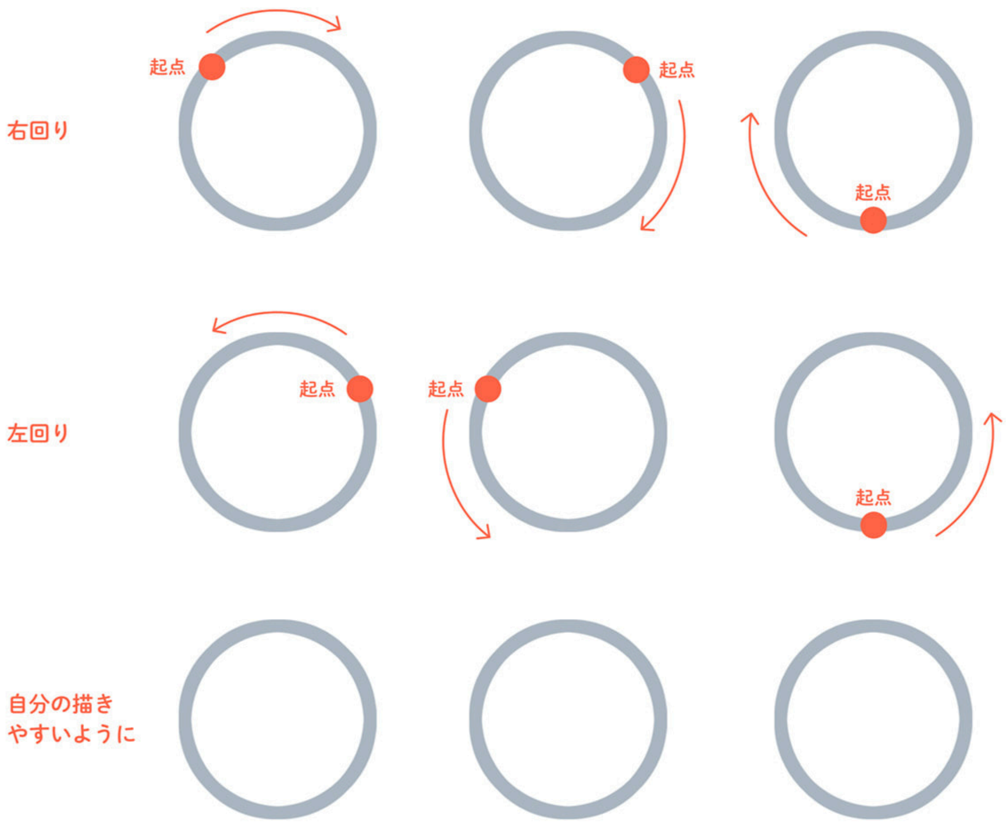
正円を描く

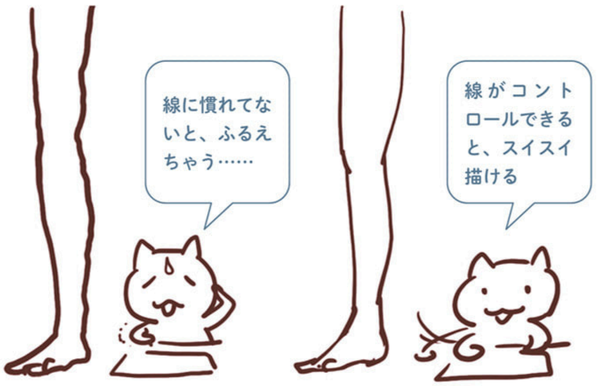
絵を描くうえで、よくつかうのが円。まずてのひらの半分くらいの大きさの正円を、始点と終点が重なるように一気に描いてみましょう。最初はきれいな円が描けなくても、たくさん描くうちに手がだんだんと慣れてきます。描いた円を見ると自分の描きかたのクセもわかるようになりますよ。


一気に描く！
デジタルでもできるね！
始点＝終点だよ
最後まで集中しないとゆがむよ！

円の練習をしよう！

上からペンなどでなぞって、いろいろなパターンを練習してみましょう。


右回り
起点
起点
起点
左回り
起点
起点
起点
自分の描きやすいように


線に慣れてないと、ふるえちゃう……
線がコントロールできると、スイスイ描ける

直線を描く

正円が描けたら、直線にチャレンジ。最初は勢いをつけて、できるだけ長い線を描いてみましょう。直線になるまでトライしてみて。慣れてきたら次は、弱く、強くを繰り返して、強弱をつけてみましょう。

線の練習をしよう！

上からペンなどでなぞって、思った通りにコントロールできるまで練習しましょう。

一気になぞる

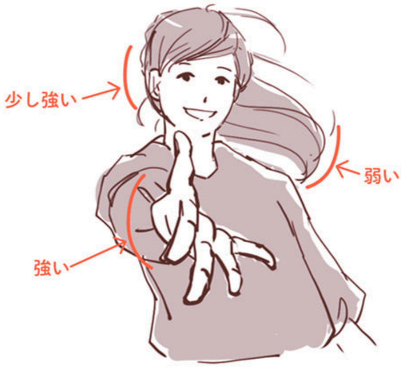
強弱をつけてなぞる

強　弱　強　弱　強

弱　強　弱　強　弱

線の強弱で遠近感が出せる

手前にあるものの線を太く強く描き、奥側の線を細く弱く描くと、絵に奥行きが生まれます。一定の太さではなく、位置によって描きわけてみましょう。



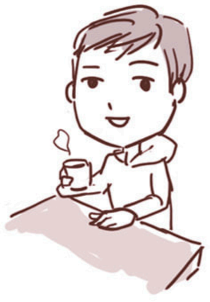
描きはじめる前に

なんだかおかしい？ どこが変？

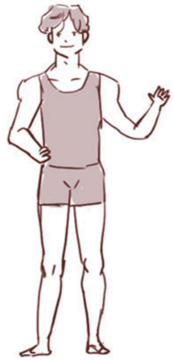
思い込みで描いたりバランスを考えずに描くと、違和感のある絵になってしまいます。
これからトレーニングしていきましょう。

自分の絵のおかしいところに気づこう

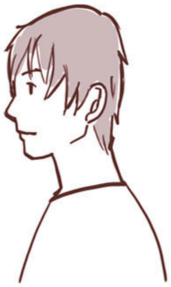
どこかに違和感を覚えていても、自分の絵だと気づきにくいものです。やってしまいがちな例を紹介するので、どこがおかしいのか考えてみましょう。



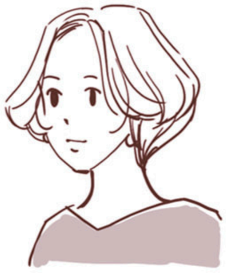
頭が大きすぎる



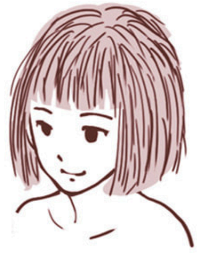
手足が小さすぎる



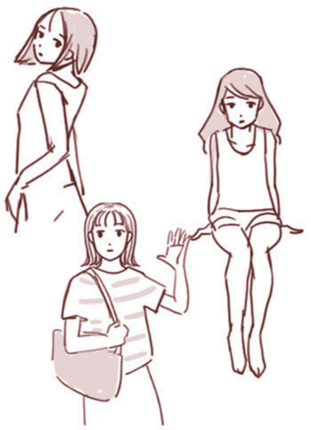
後頭部がぺちゃんこ



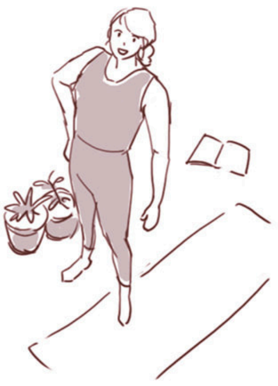
目の遠近感がおかしい



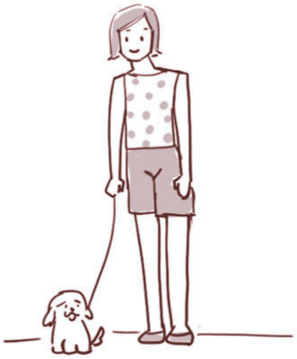
髪の生え際が間違っている



いつも表情に変化がない



体のバランスがおかしい



棒立ち・重心がずれている

Lesson

1

顔を描く

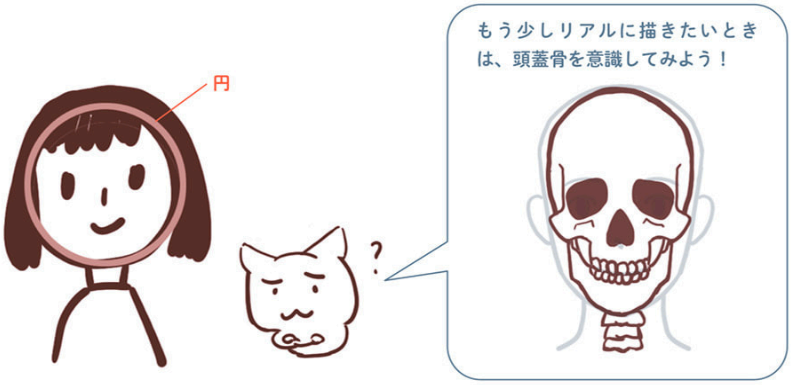
まずは、顔の基本をしっかりとマスターします。アタリ（下描きの線）を描く習慣を身につけて、左右対称に描けるようになりましょう。顔のパーツの位置を、比率で覚えておくと便利です。

基本をチェックしよう

まずは、正面の顔の描きかたをマスターしましょう。バランスのとれた顔を描くためには、パーツの位置を比率で覚えるようにするとよいでしょう。

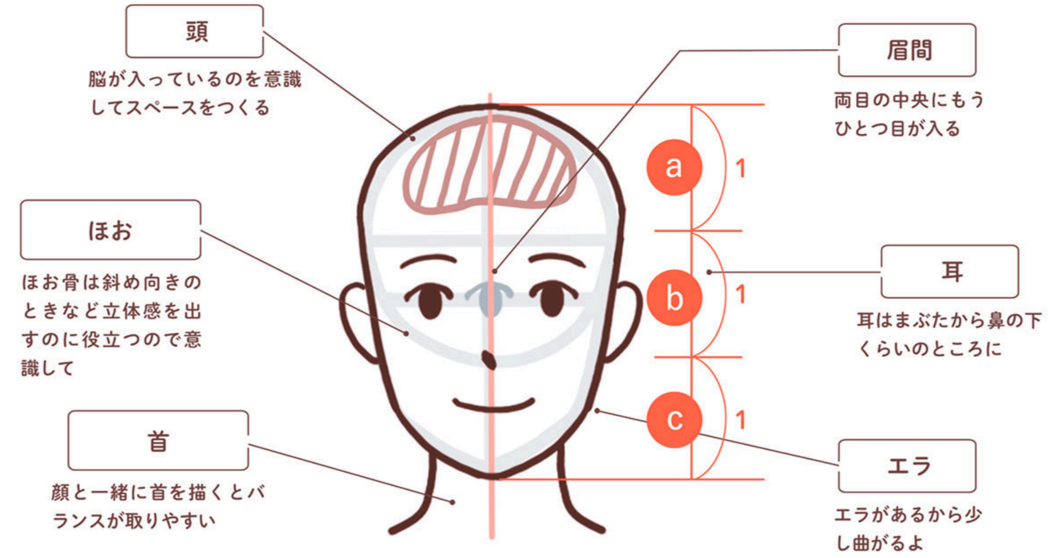
丸だけで描くとリアルに見えない

頭部の形を円で描いても人間のイラストには見えますが、もう少しリアルに描きたいなら、頭の中に脳が入っていることや、あごの骨がとがっていることも意識して描いてみましょう。



パーツの位置を比率で覚えよう！

成人の顔の比率を覚えましょう。頭部を３つに分けたⓐの下に眉毛、ⓑの上あたりに鼻を描きます。ⓑの中央より少し上に目、ⓒの間に口があります。耳はまぶたと鼻下の間の位置。まずこの配列を覚えて、年齢や性別に応じてアレンジしていきましょう。



頭
脳が入っているのを意識してスペースをつくる

ほお
ほお骨は斜め向きのときなど立体感を出すのに役立つので意識して

首
顔と一緒に首を描くとバランスが取りやすい

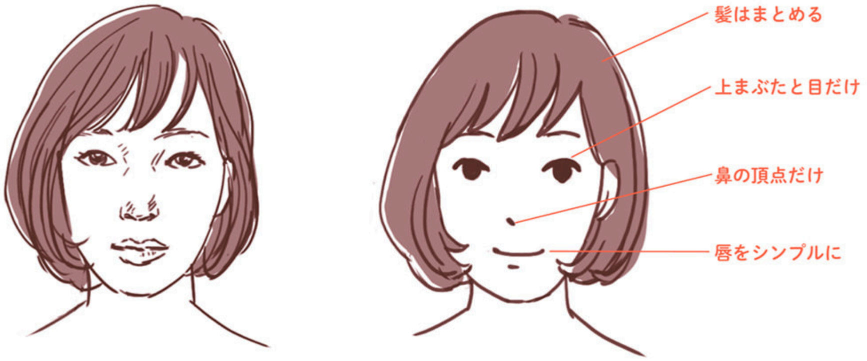
眉間
両目の中央にもうひとつ目が入る

耳
耳はまぶたから鼻の下くらいのところに

エラ
エラがあるから少し曲がるよ

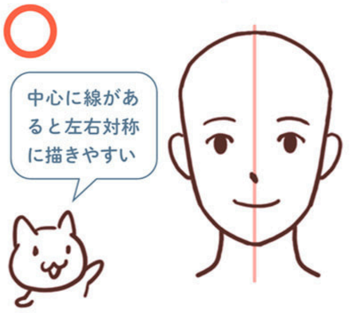
単純化する＆中心線を描く

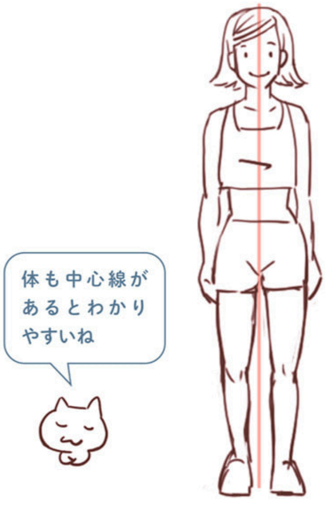
人物イラストを描くための、押さえておきたいコツ２つ。それは「単純化して描く」ということと、「中心線は必ず描く」ということ。とくに中心線は必ず描くようにしましょう。


髪はまとめる
上まぶたと目だけ
鼻の頂点だけ
唇をシンプルに

中心線がある

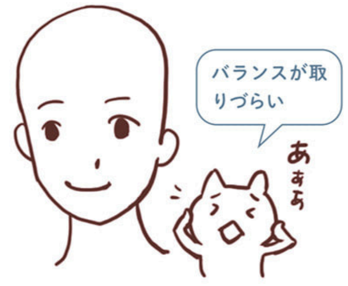
○

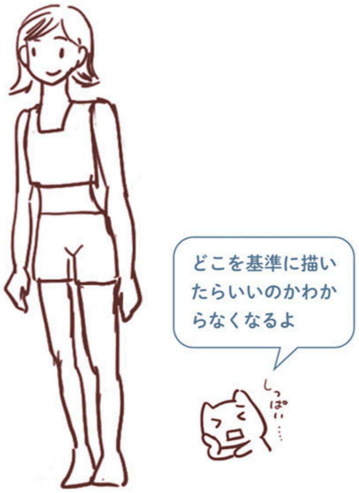

中心に線があると左右対称に描きやすい


体も中心線があるとわかりやすいね

中心線がない

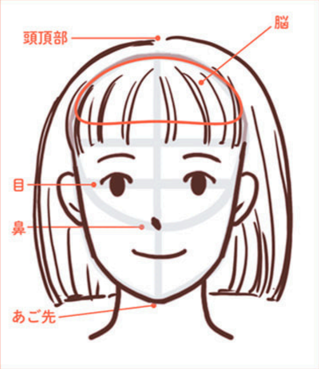
×


バランスが取りづらい
あぁぁ

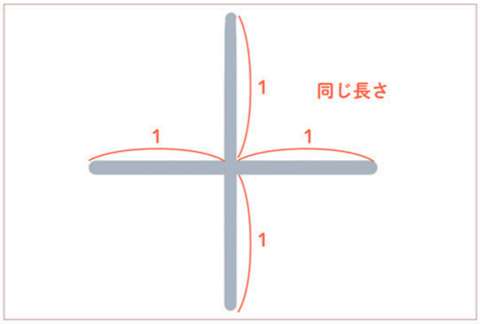

どこを基準に描いたらいいのかわからなくなるよ
しっぱい…

正面の顔を描く

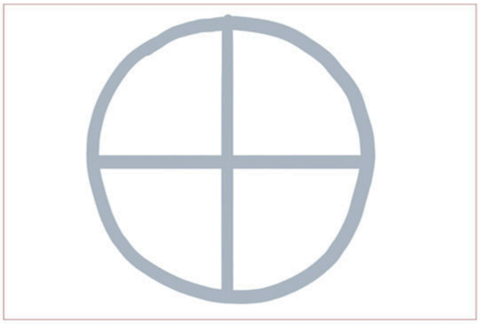
顔のパーツには、基準となる位置があります。まずは十字と正円などで目安となるアタリ（下描きの線）を描きましょう。上部には脳のスペースがあることを忘れずに。



アタリ（下描きの線）を描く

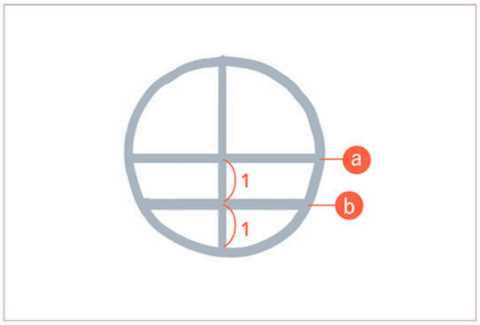


1 同じ長さになるように十字を描く。

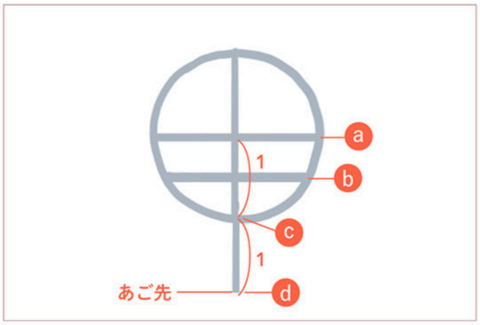


2 それぞれの頂点を通るように円を描く。

先に十字を描いてから正円を描くと、描きやすい。

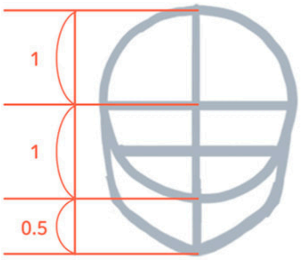


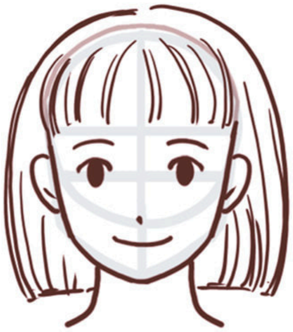
3 下半分をふたつにわける。



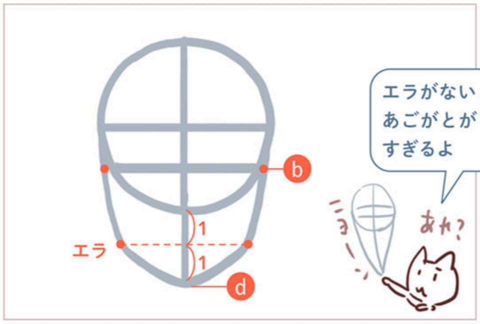
4 縦の線をのばし、ⓐ～ⓒ（円の下半分）と同じ長さまで描く。ⓓがあご先になる。

Point ポイント





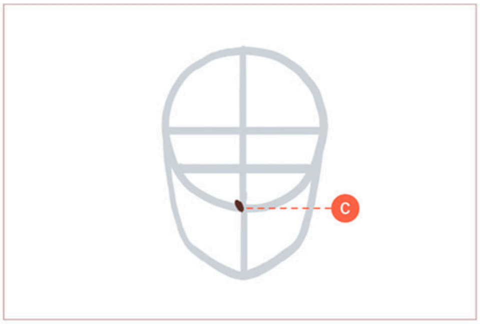
女の子のイラストは、かわいい雰囲気を出すために、少しあごを短くすることも。


ⓑ
エラ
1
1
ⓓ
エラがないとあごがとがりすぎるよ
あれ?

5 ⓑの両端から少し内側（エラ）を通って線をのばし、ⓓにつなげる。

エラの位置は、4の線をふたつにわけたところ。

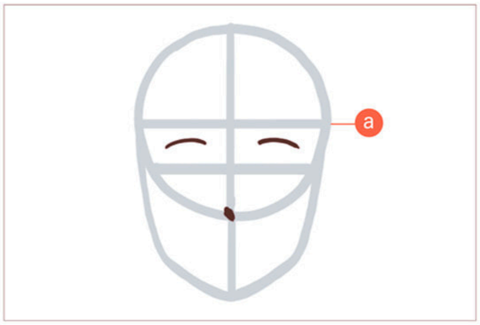
鼻を描く



6 実際の線を描く。ⓒに鼻を描く。

鼻は顔の中心になるので、先に描いておく。

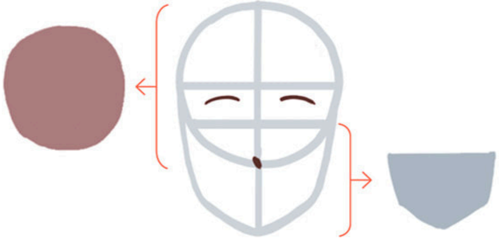
眉を描く



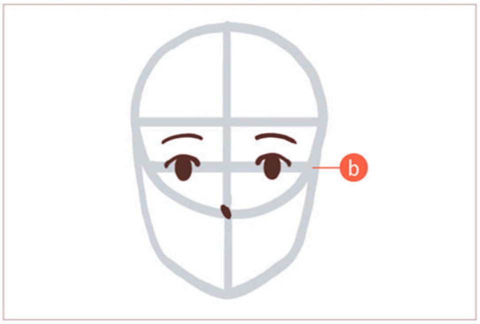
7 ⓐの線よりやや下の位置に眉を描く。

Point ポイント

大きく２つにわけると顔の形がイメージしやすい。



目を描く



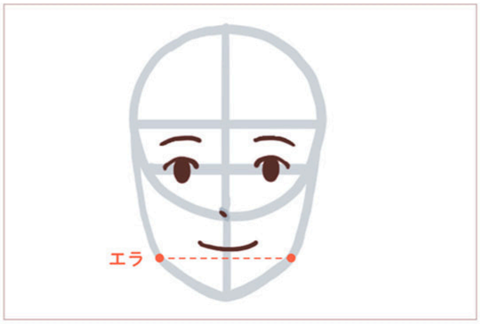
8

bの線上に目を描く。

Point ポイント

左右の目のバランスが悪くなるときは、下のような交互の順番で描いてみましょう。ぶれにくくておすすめ。

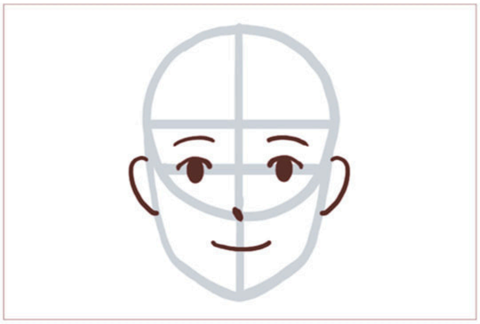
口を描く



9

エラの少し上に口を描く。中心線から左右同じ長さになるようにする。

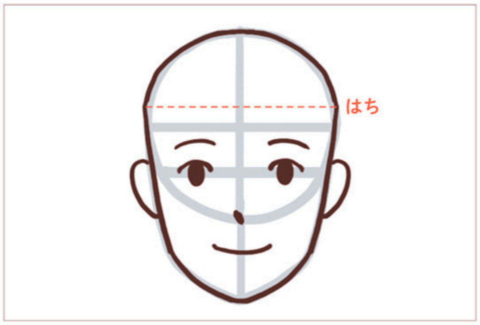
耳を描く



10

まぶたから鼻の下くらいの位置に耳を描く。

輪かくを描く

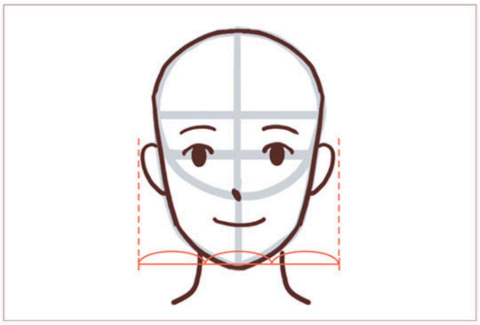


11

アタリの線をもとに、輪かくを描く。

はち（頭部のもっともはっている部分）はなだらかにせず、少し角度をつける。

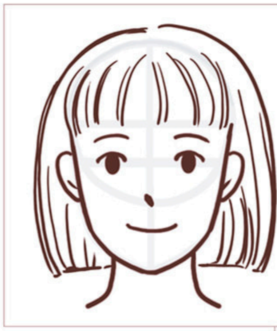
首を描く

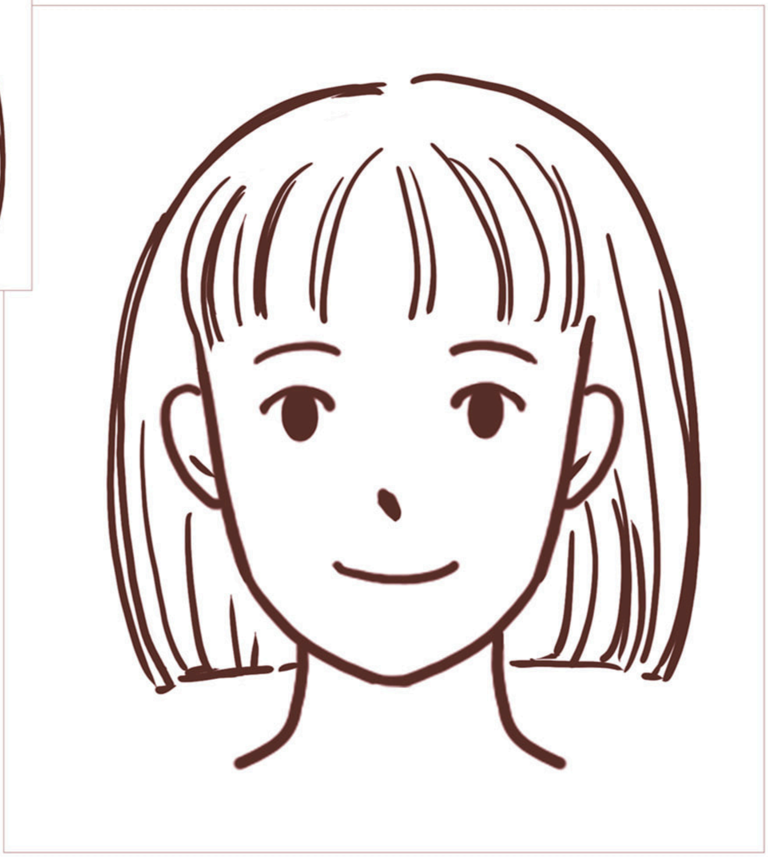


12

両耳までの間を３等分する。まんなかの部分をめやすに首を描く。

顔を描くときは、首も一緒に描くとバランスが取りやすい。

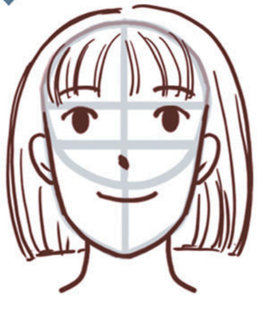




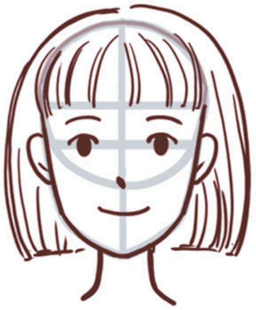
Finish

髪の毛を描いたら完成。
髪の詳しい描きかたは
p.50 ～ p.69 を参照。

NG
よくある失敗

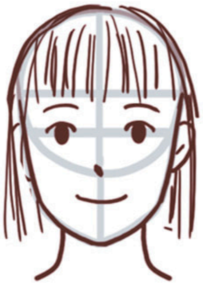


脳があるスペースがなく、パーツの位置が上すぎる。



首は頭を支えているので、ある程度太さがある。

首が細すぎると安定しないよ



髪の量が少なすぎてバランスが悪い。

Lesson 1
顔を描く

正面の顔

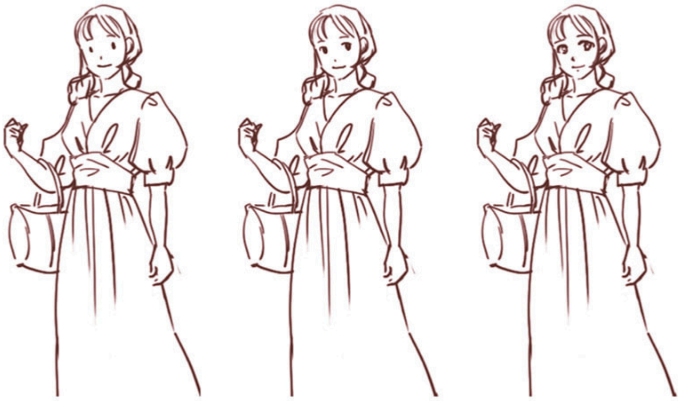
雰囲気を描きわける

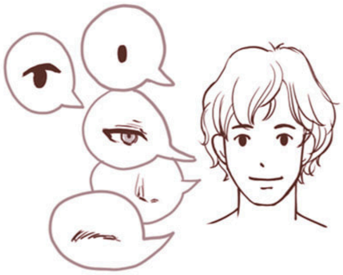
目などの顔のパーツをかえると、顔全体の雰囲気もかわります。さまざまなテイストを試して、自分にぴったりの描きかたを見つけましょう。

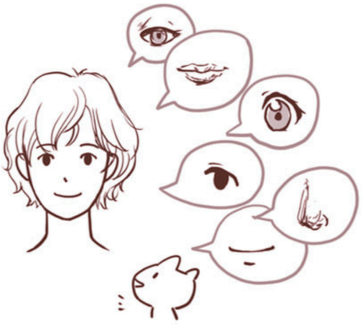
テイストをかえる

同じ服装とポージングでも、顔のテイストをかえるだけで雰囲気がぐっとかわります。単純にすると服装やポーズが主役になり、個性的にするとイラスト全体の存在感が増します。

伝えたいことによってテイストをかえよう！







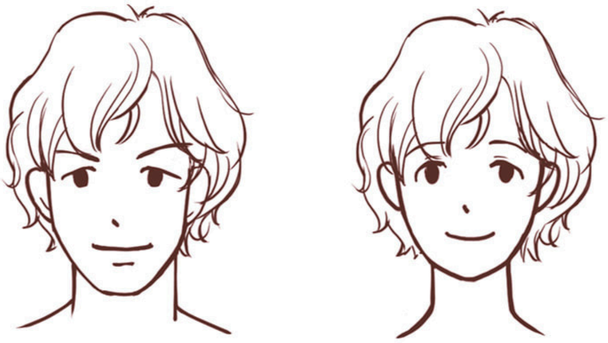
パーツをかえる

ベースとなる顔を大きくかえなくても、目鼻口などの各パーツを少しかえるだけでも、いろいろな描きわけができます。

目なら……

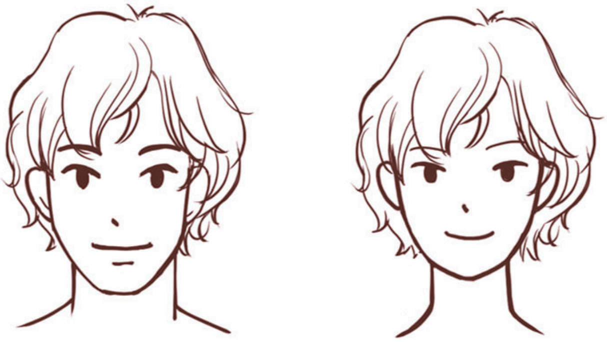
たれ目にする

目じりを下げるとやさしい印象になります。左の男性のように、たれ目にして眉を上げても、また違う印象になります。



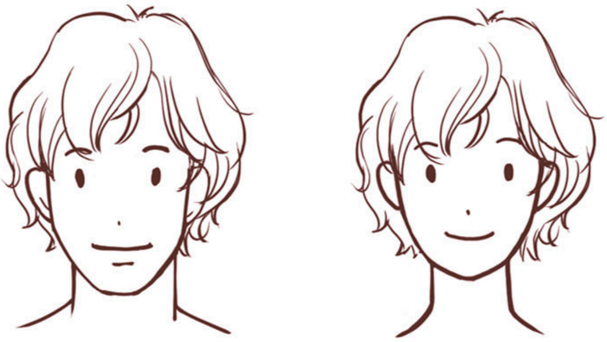
つり目にする

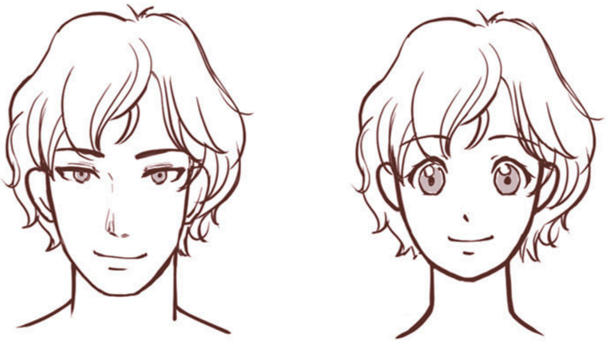
強気に見せたいときや、クールに見せたいときに。スタイリッシュなイラストにしたいときにもおすすめです。



シンプル目にする

瞳だけを点で描くシンプルな表現。感情はあまり出ませんが、説明や解説のためのイラストに向いています。

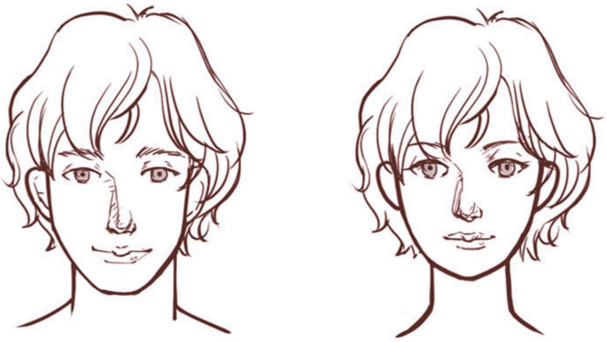




そのほかのパーツ

パーツを大きく

目を大きくするなどパーツを特徴的にすると、キャラクターとしての個性が出ます。

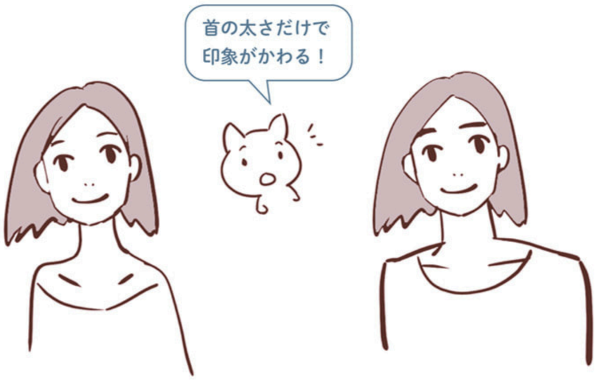


パーツをリアルに

少しリアルに描くだけでも、印象が変化します。表情を細かく伝えたいときに向いています。

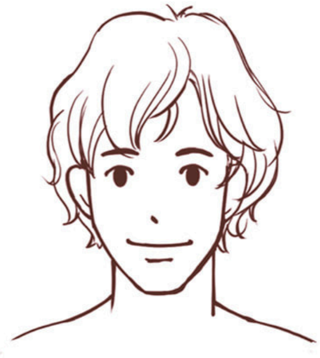
男女を描きわける

骨格やパーツを強調すると、男女の違いだけでなく体格の特徴を表現することができます。


首の太さだけで
印象がかわる！

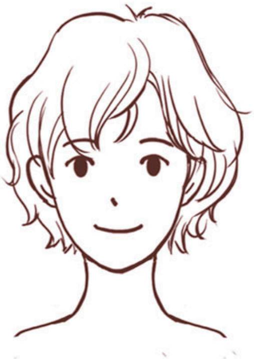
パーツをかえて特徴を出す

男女でいちばん大きく違うのは首の太さですが、ほかにもたくさんあります。個人差もあり、絶対にこれ、とはいいきれませんが、性差を強調するためのポイントはあります。このページを参考にしてみましょう。



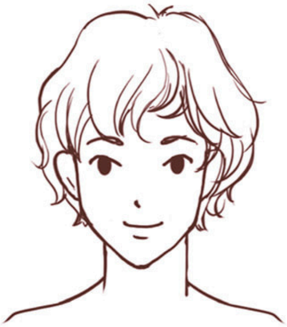
男性的

眉を太めにし、エラとあごをしっかり描きます。首は太めにします。



女性的

輪かくをなめらかにし、あごと首は細めにします。

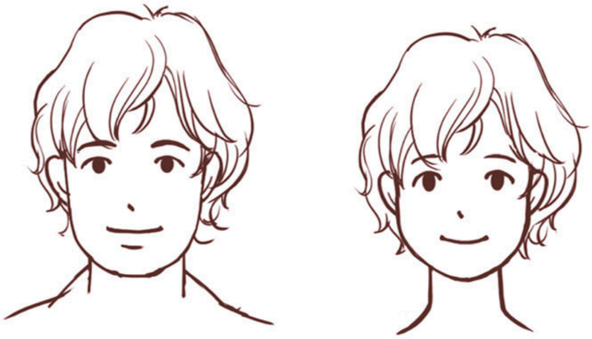


中性的

中性的に見せるには、男女の特徴を半分ずつくらいのイメージで描いてみて。首は太さや細さを強調せず中間に、輪かくは女性っぽく細めにして、エラは男性っぽくしっかり描くといったように、ミックスさせてみましょう。

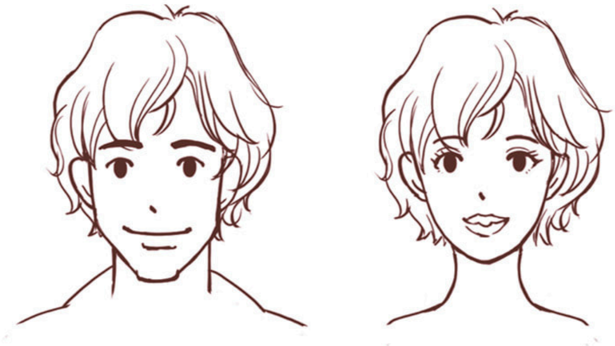
ふっくらさせる

あごのラインをふっくらさせると、やさしい印象になります。中年の男女にもつかわれるテクニックです。



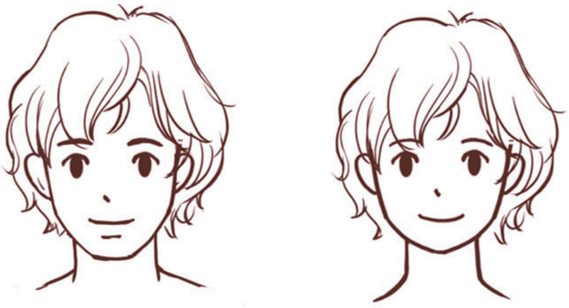
性差を強調する

性別の違いを意識して強調します。女性はメイクをすることも多いので唇や目元を、男性は首まわりの増幅筋や眉毛、エラを強調します。

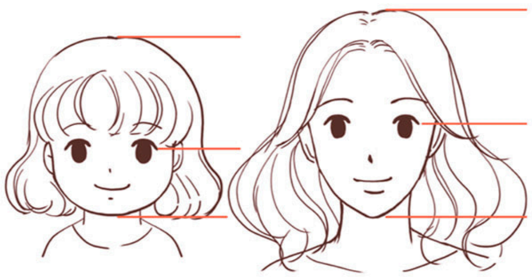


少年っぽさをプラス

鼻からあごまでの距離を短くすると、顔のパーツどうしが近くなり幼い印象になります。さらに目を大きくすると、かわいい印象になります。



Point
ポイント



大人になるごとにあごが発達して、下に長くなります。子どもがかわいくみえるのは、あごが未発達で、顔のパーツどうしの距離が近いから。近くすればするほど、子どもらしくなります。

Lesson 1
顔を描く

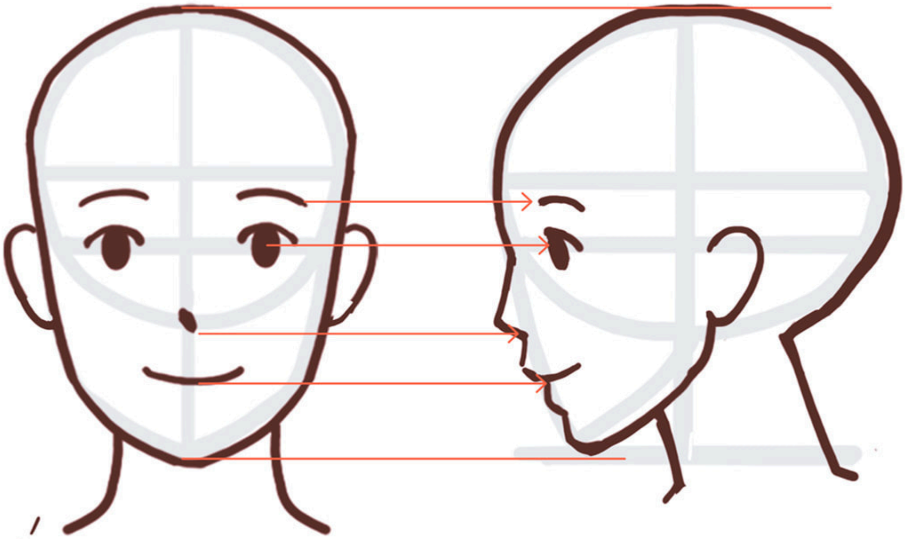
横顔

基本をチェックしよう

正面の顔をマスターしたら、次は横顔を練習しましょう。苦手な人もいるかもしれませんが、ポイントをおさえれば、きちんと描けるようになりますよ。

横顔は正面の顔の比率と同じ

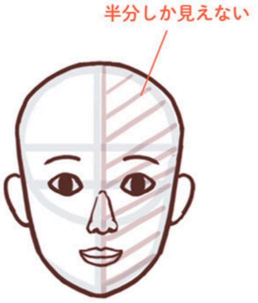
横顔となると、とたんにむずかしく感じる人も多いのでは。でも、実は横顔の縦の比率も、正面の顔と同じ。耳や後頭部など、正面からは見えないところに気をつけるだけです。



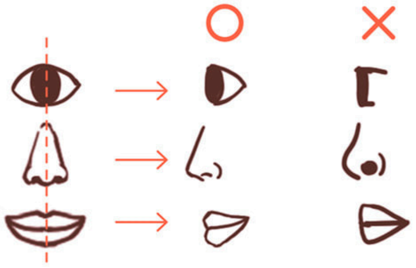
まず正面の顔を描いてから、となりに横顔を描くと、バランスが取りやすい！

Point ポイント

横顔になると、目・鼻・口は半分しか見えません。



横顔ではどんなふうに見える？

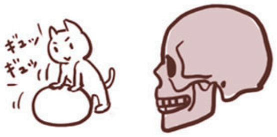


横顔の特徴をとらえよう

なんとなく横顔を描いていると、本当は見えていないはずの場所も描いてしまいがち。どこが見えてどこが見えないのか、しっかり覚えておきましょう。

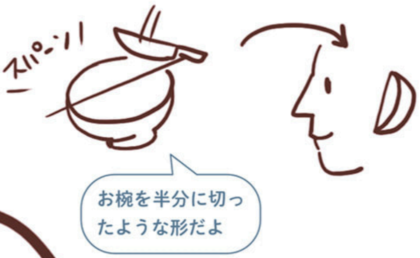
頭部

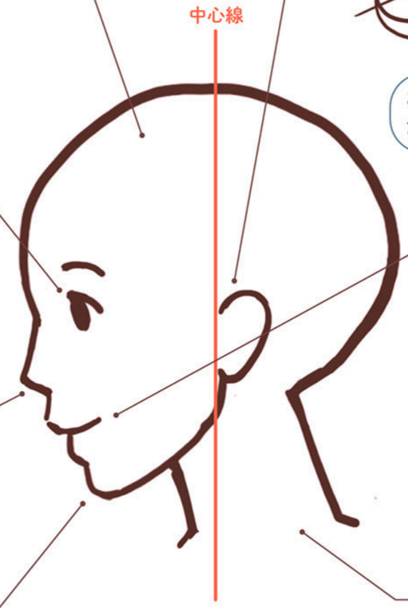
頭の形は、正面から見たらほぼ丸だが、横から見たら球を上からつぶした感じになる



耳

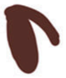
中心線のすぐ後ろについている。前からの音が聞こえやすいように、前を向いているのに注目


スパーン!!
お椀を半分に切ったような形だよ



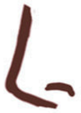
目

眼球は丸いということを忘れずに、丸みをもたせる



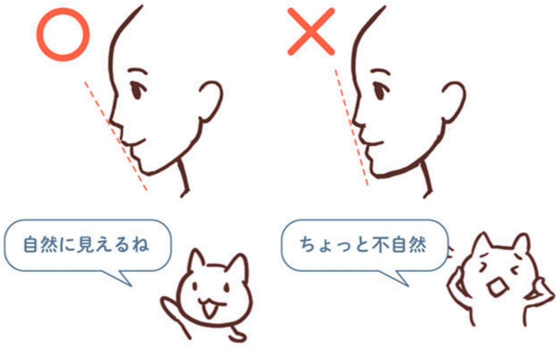
鼻の穴

鼻の穴の中は描かずシンプルに



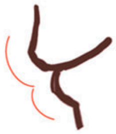
鼻下〜あご

鼻下からあごのラインは垂直ではなく、けっこう斜め


○
自然に見えるね
×
ちょっと不自然

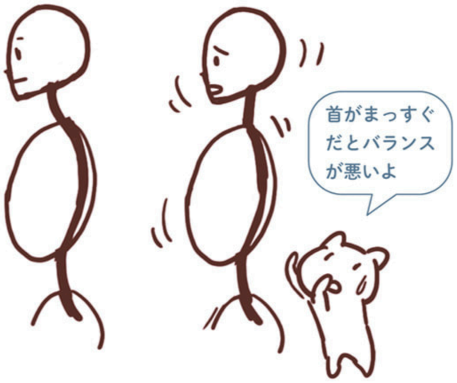
唇

ふくらみがある



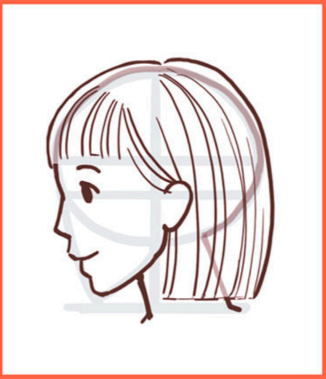
首

正面からはわからないが、横から見ると頭に対しまっすぐではなく斜めについている

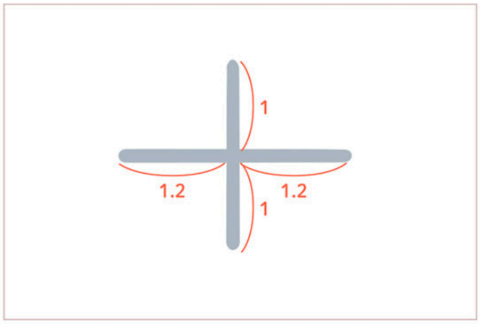

首がまっすぐだとバランスが悪いよ

横顔を描く

横顔になると目・鼻・口の位置に迷う人がいますが、横を向いても正面とかわりません。慣れるまでは、横顔のとなりに正面の顔を描いておくと、位置をとりやすくなります。



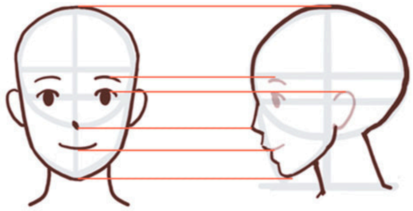
アタリ（下描きの線）を描く



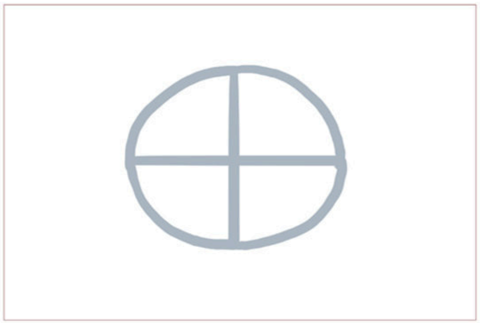
1 縦 1:横 1.2 の比率になるように十字を描く。

「正面の顔を描く」（p.32）と比率が違うので注意。

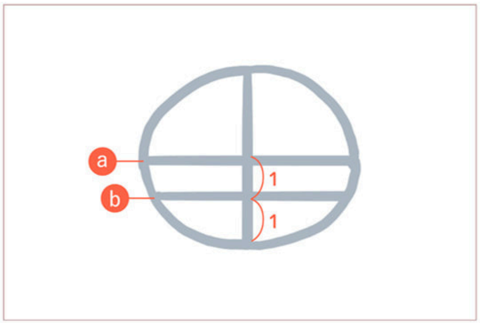
Point
ポイント



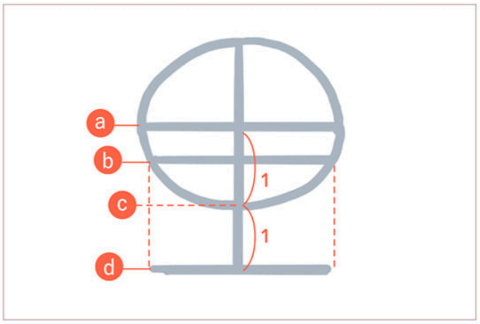
横顔のアタリを描いたら、正面の顔をとなりに描いて、頭頂部とあごの位置を合わせてみよう。正面の顔の各パーツから線をひくと、横顔の各パーツの位置がわかるよ。



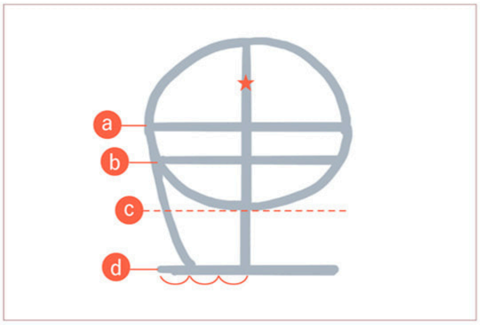
2 それぞれの頂点を通るように円を描く。



3 下半分をふたつにわける。

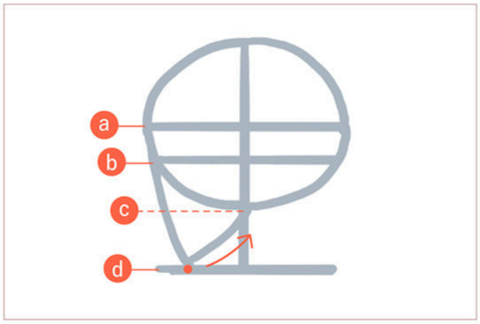


4 縦線をのばし、ⓐ〜ⓒ（円の半分）と同じ長さまで描く。次にⓐと同じ長さの横線を描く。ⓓがあご先になる。



5 ⓑからⓓの少し内側（★の線から 2/3 くらい）の位置まで線を描く。

少しだけ曲線にする。

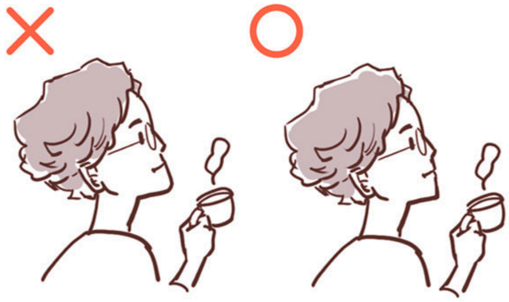


6 5 で描いたところからⓒまで、ゆるやかな線を描く。

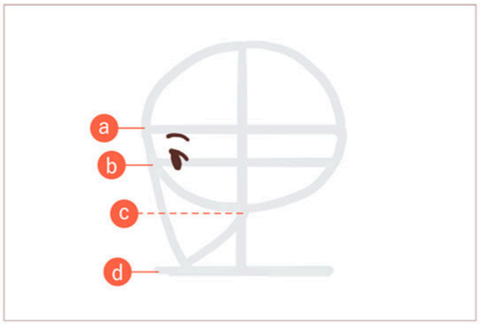
少しだけ曲線にする。

Point ポイント

あごのラインが垂直だと、あごが出ているように見えるよ。斜め側にしよう。



眉と目を描く

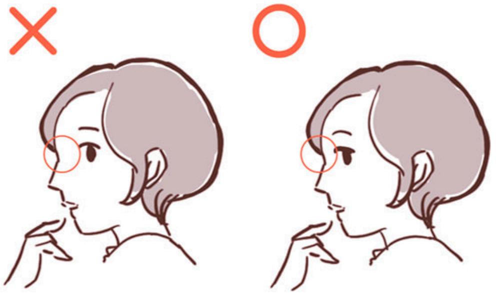


7 実際の線を描く。ⓐよりやや下に眉を、ⓑの線上に目を描く。

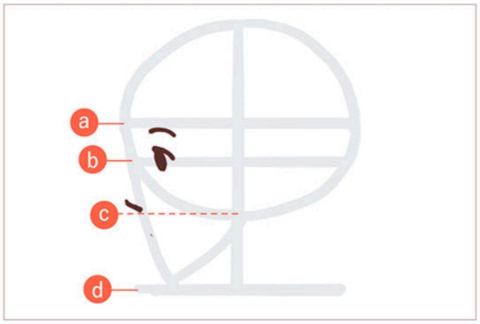
「正面を描く」(p.32) を思い出しながら位置を決めよう。

Point ポイント

目と眉は鼻に少し近づけて描いたほうが自然に見える。



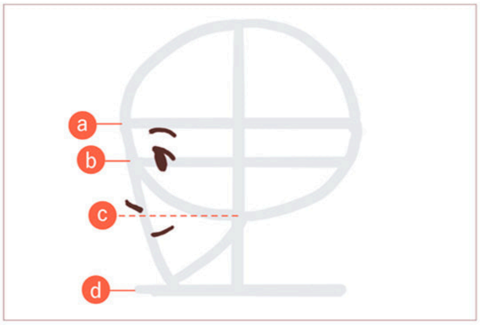
鼻を描く



8 ⓒの高さに鼻下の線を描く。

少し斜め下向きに描く。

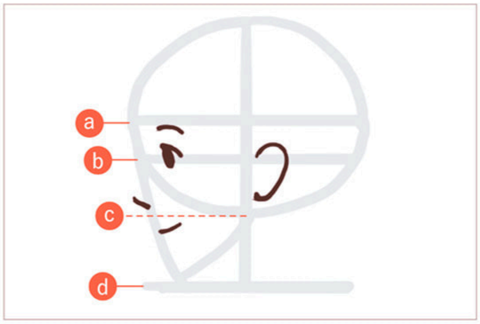
口を描く



9 ⓒとⓓの間に口を描く。

ⓒの近くに描く。

耳を描く

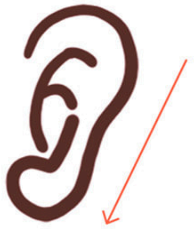


10 ⓑとⓒの間に耳を描く。

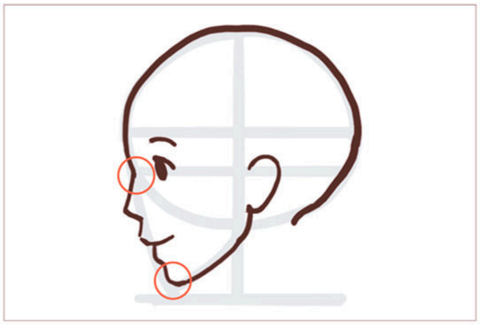
まぶたから鼻くらいのイメージで。

Point ポイント

耳のラインは垂直ではなく、下に向かって斜めになるように描こう。

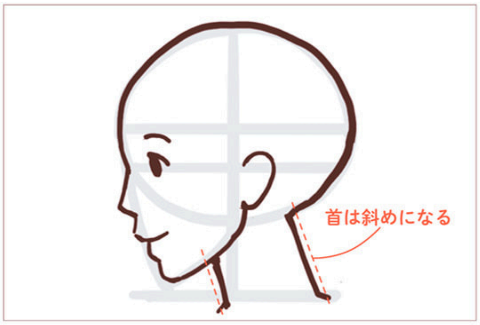


輪かくを描く



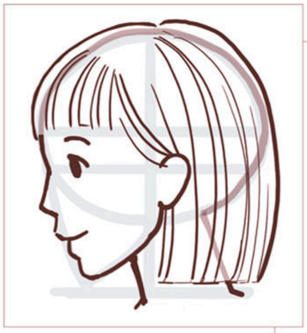
11 アタリの線をもとに、輪かくを描く。鼻は目の位置からとがらせ、唇は上下にわかれていることを意識する。あご先は少しだけ出す。

首を描く



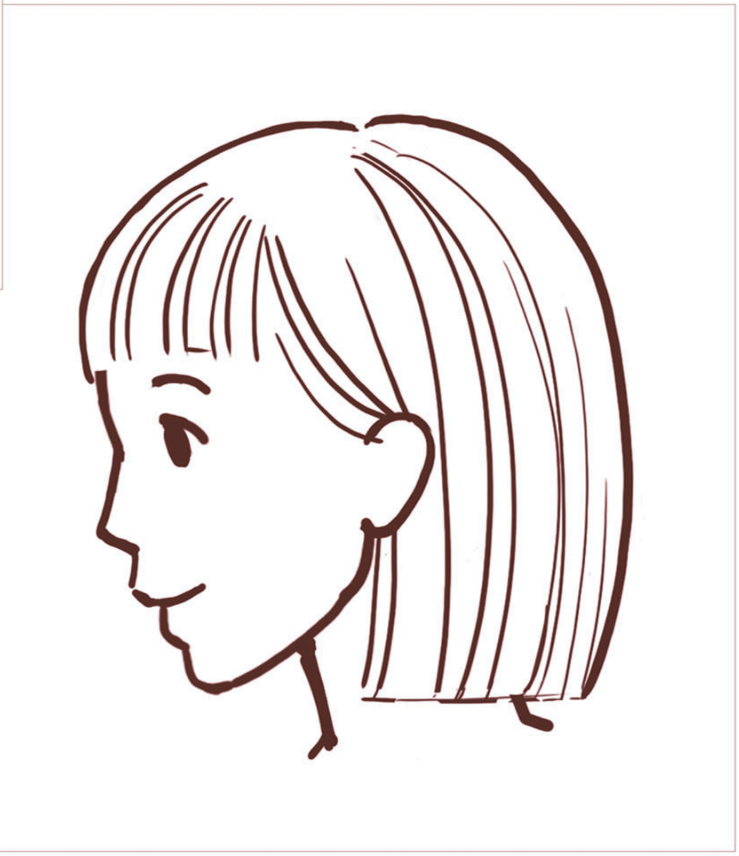
12 斜めに首を描く。

肩につながるところまで描くとバランスが取りやすい。

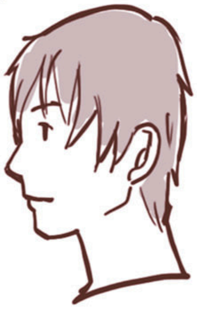


Finish

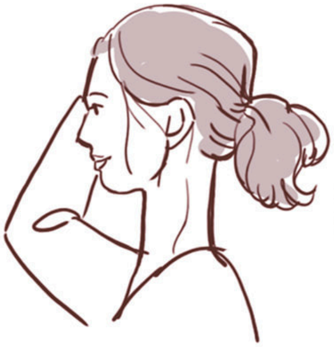
髪の毛を描いたら完成。
髪の詳しい描きかたは
p.50 ～ p.69 を参照。



NG
よくある失敗



後頭部がぺちゃん
こになっている。



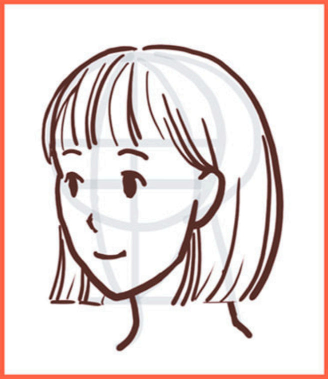
眉と目の位置が
鼻に近すぎる。

Lesson 1
顔を描く

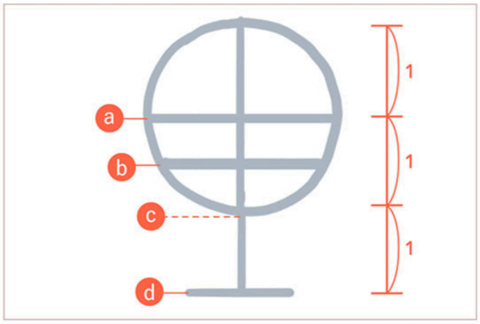
斜め向き

斜め向きの顔を描く

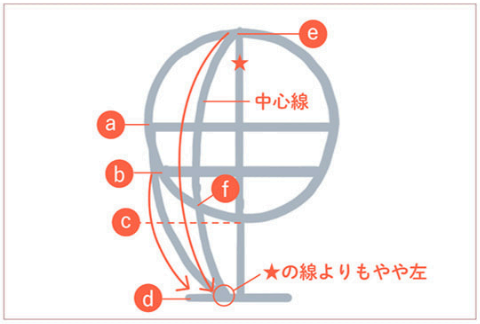
斜めに向きなると、横顔のときは半分隠れていた目鼻口も全部見えるようになります。ただし角度がついているので、正面と同じ比率にはなりません。とくに目は大きさが異なります。



アタリ（下描きの線）を描く

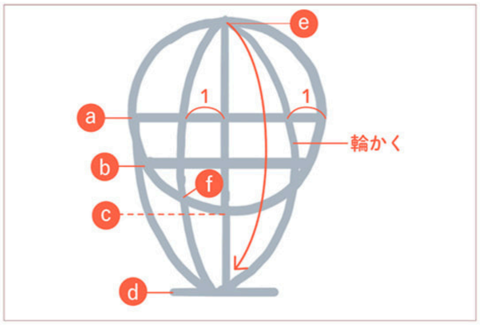


1 「正面を描く」（p.32）1〜4と同様に描く。ⓓの位置に横線を描く。これがあごの目安になる。


e
★
中心線
a
b
f
c
★の線よりもやや左
d

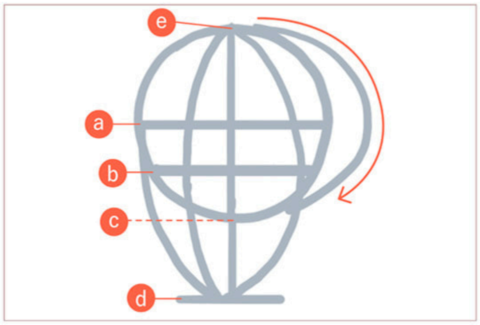
2 ⓑからⓓの少し内側の位置まで線を描く。頭頂部ⓔからあごⓓに向かって、ゆるやかな曲線を描く。これが顔の中心線になる。

ほおになるⓑからⓒにかけてがいちばんふくらむ。


e
1
1
a
輪かく
b
f
c
d

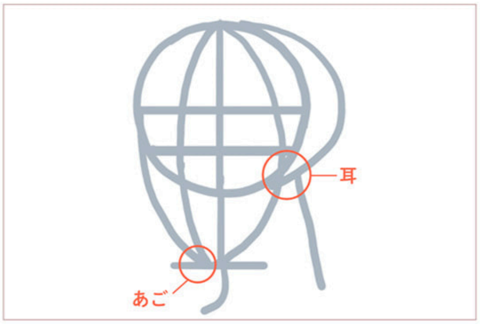
3 右側にもⓔ〜ⓓに曲線を描く。顔の輪かくになる。

円の右端からの位置は、2で描いた線から中心線までと同じくらい。



4 円の右側に、ⓔからⓒに向かって強めのカーブで曲線を描く。斜めから見た後頭部になる。

後頭部が見える。

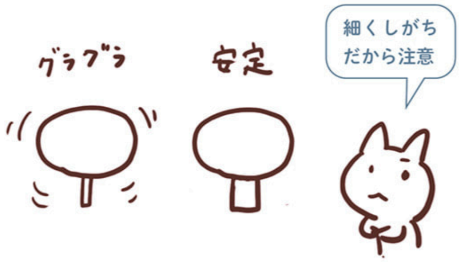


5 斜めに首を描く。

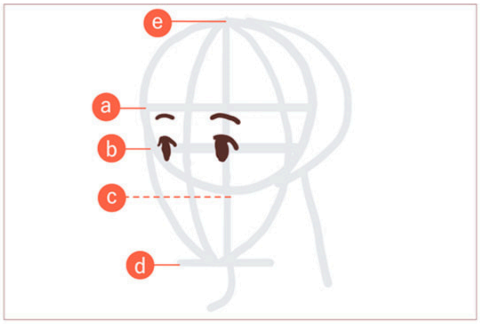
あごより少し内側と耳の位置の下から描こう。斜め向きの場合は、はやめに首を描いておくと、バランスが取りやすくなる。

Point ポイント

首が細くなりすぎると首を支えられないよ。


グラグラ
安定
細くしがちだから注意

眉と目を描く

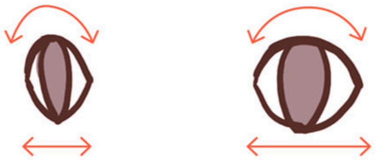


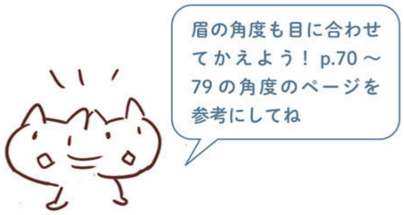
6 実際の線を描く。ⓐの下に眉を、ⓑの線上に目を描く。

奥側と手前で目の形がかわるので注意。

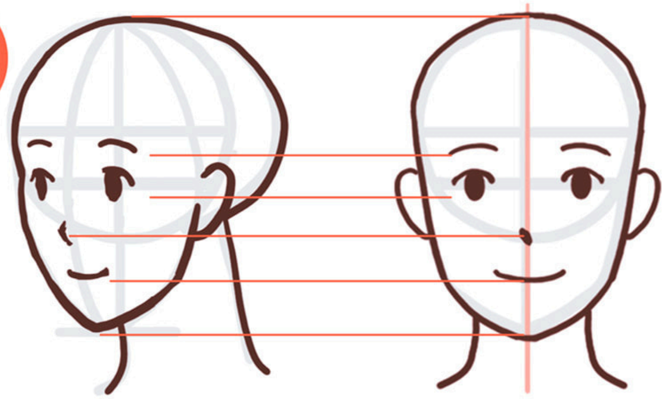
Point ポイント

奥にある目は曲線がきつくなって小さく、手前の目は曲線がゆるやかで大きくなるよ。パーツによって見える部分が少なくなるので、目の形がかわるんだね。



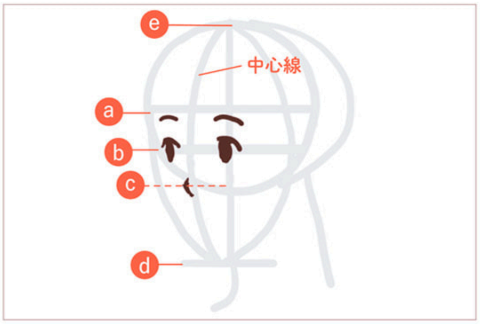

眉の角度も目に合わせてかえよう！ p.70〜79の角度のページを参考にしてね

Point ポイント



「横顔を描く」（p.44）と同様に、正面の顔を並べて描くとバランスが取りやすくなる。目・鼻・口の位置は正面と同じ。

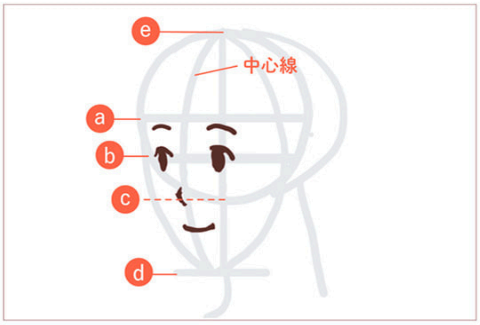
鼻を描く



7 中心線の上、ⓒの位置に鼻を描く。

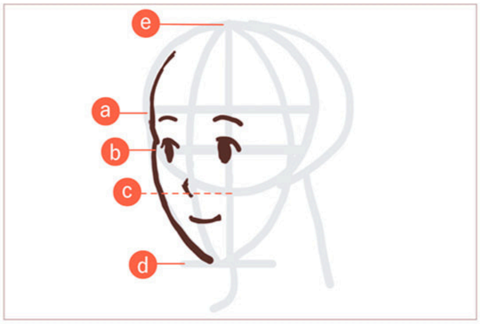
高さを意識して、角度をつけて描く。

口を描く



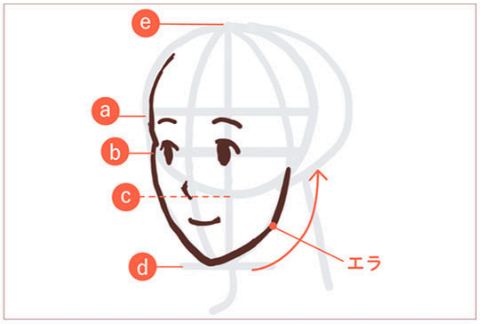
8 中心線の上、ⓒとⓓの間に口を描く。中心線から右側のほうを長くする。

輪かくを描く



9 奥の輪かくを描く。ⓑのあたりで少し角度をつける。

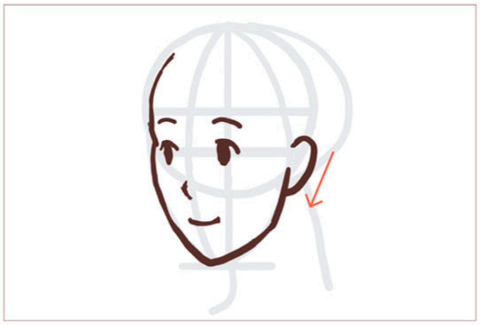
骨のでっぱりがあるため。



10 ⓓからⓒの少し上まで線を描く。エラのところで少し角度をつける。

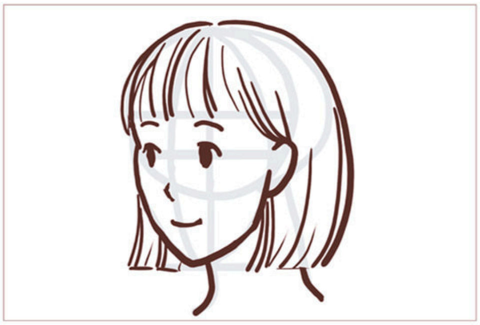
奥側のほおよりも少しふっくらさせることで遠近感を出す。

耳を描く

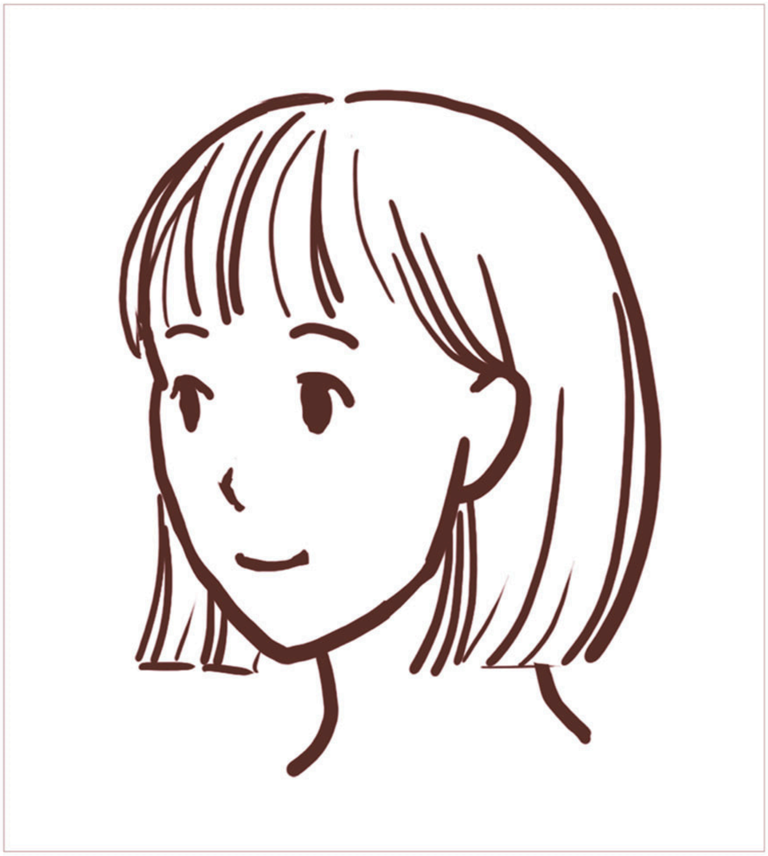


11 まぶたから鼻くらまでの長さで耳を描く。

耳は垂直ではなく、下に向かって斜めになるように。

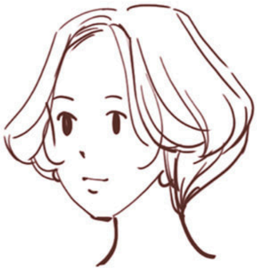


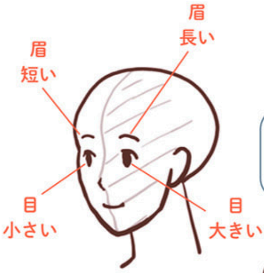
Finish 髪の毛と首を描いたら完成。髪の詳しい描きかたは p.50 ～ p.69 参照。



NG
よくある失敗

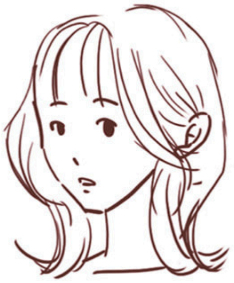
手前の眉と目が小さくなっている。




眉
長い
眉
短い
目
小さい
目
大きい

手前の眉や目は大きくなるよ！

耳の位置が正面の顔を描いたときと同じ。



顔の向きがかわると、耳を描く位置も移動するよ！

Lesson 1
顔を描く

ヘアスタイル

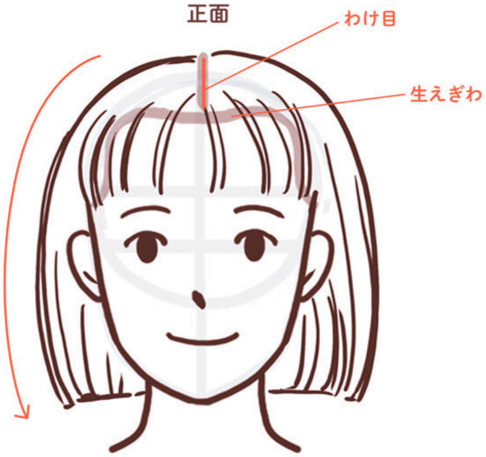
基本をチェックしよう

顔と同じくらい印象を左右するのがヘアスタイル。髪を描くのにも基本テクニックがあります。

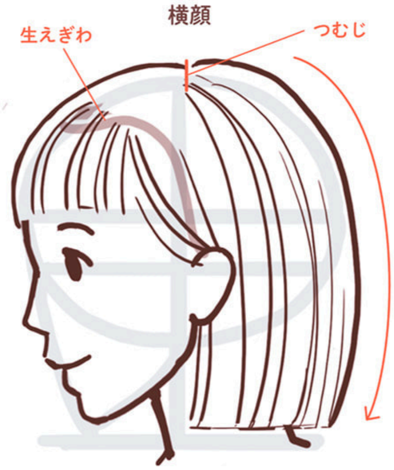
ヘアスタイルは人物を描くときの大切な要素

ヘアスタイルを描くときのポイントはわけ目と生えぎわ。顔を描いたら、まず中心線にわけ目を描き、生えぎわの位置を決めます。髪は途中で止めず一気に描くときれいに仕上がります。

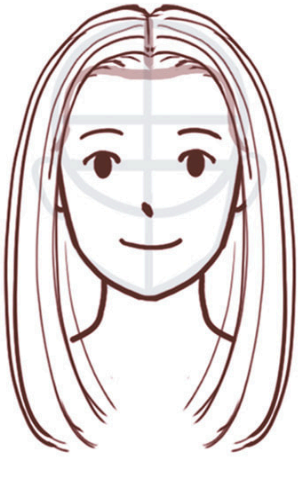
正面



横顔

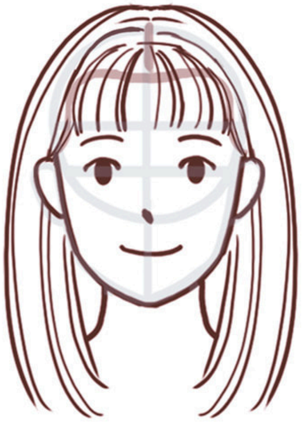


前髪なし



前髪は、横と後ろの方向におちます。前髪のところに立ち上がりを描き足すと自然な印象になります。

前髪あり



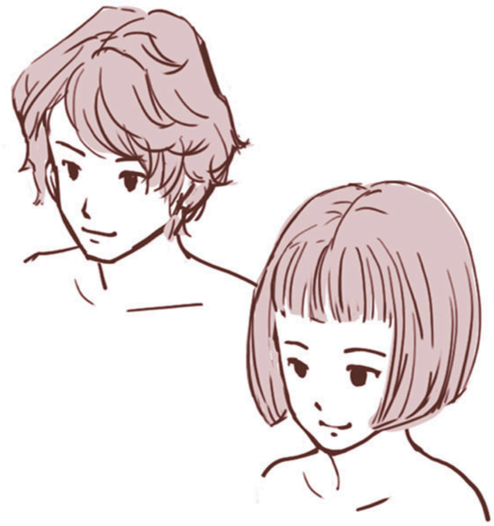
前髪を描くときは、生えぎわギリギリではなく少し上くらいからにしましょう。

次から紹介する NG とポイントをおさえれば、どんなヘアスタイルも描けるようになるよ！

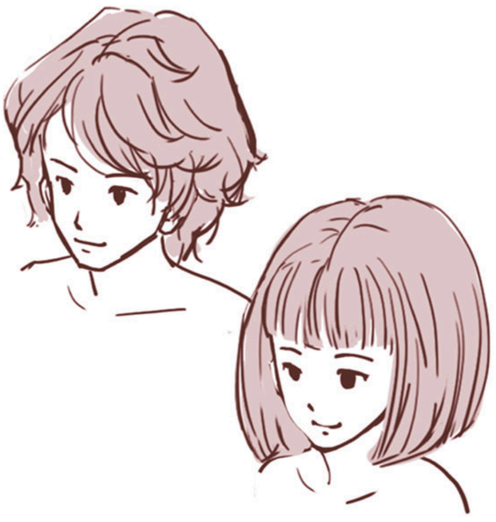
あなたのイラスト、こうなっていませんか？

ちゃんと描いているつもりなのに、どこかおかしいなと感じたことがあるはず。
全体のバランスや正しい位置を客観的に見直してみましょう。

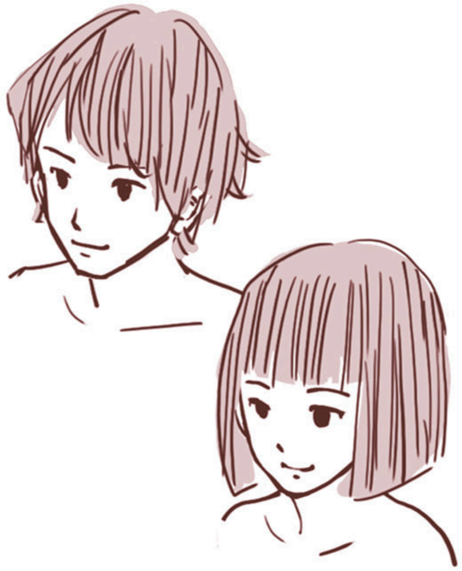
NG 1 髪の毛と頭の位置がずれている



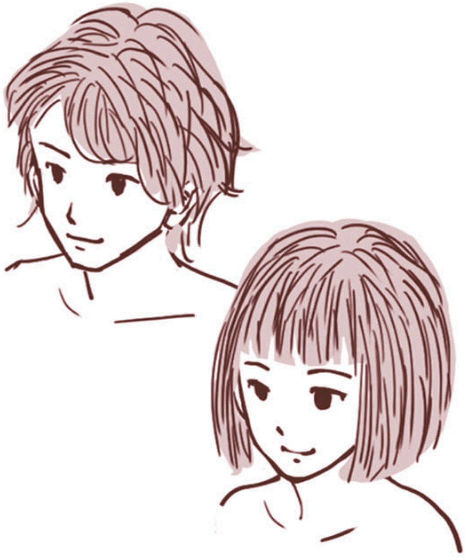
NG 2 髪のボリュームが多すぎる



NG 3 頭の形にそっておらず垂直に落ちている



NG 4 髪をいろいろなところから描いている

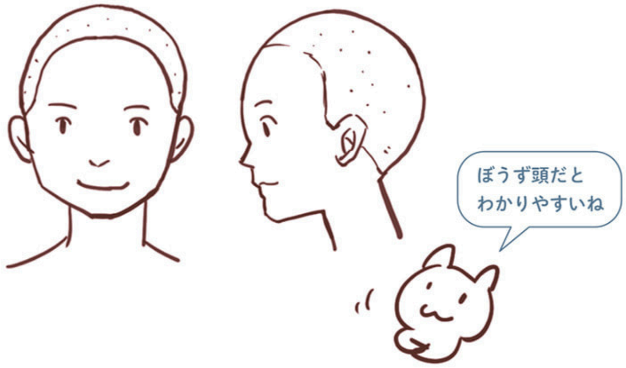


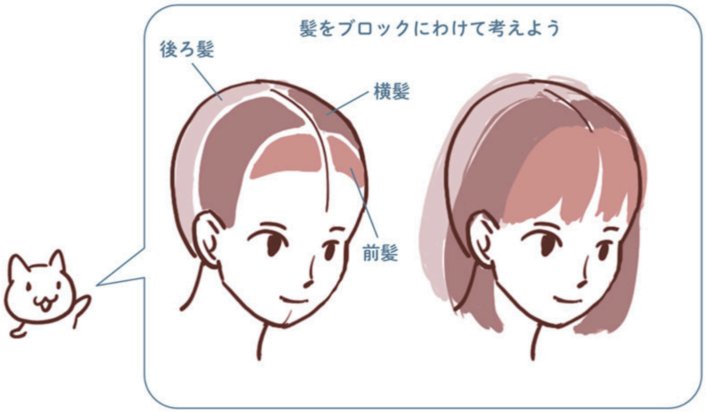
ヘアスタイルを描くときのポイント

髪を描くときには、頭の形を意識し、髪が生える構造を知る必要があります。
わけ目やボリュームなどのポイントを紹介します。

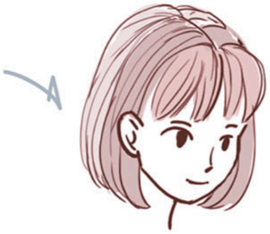
Point 1 髪が生える構造を知る

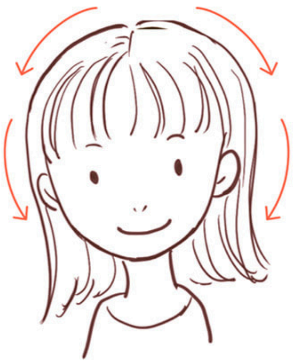
髪を描くときは、まず生えぎわをぼうず頭でイメージします。おでこは頭部にあること、髪はおでこからは生えないことを意識して。

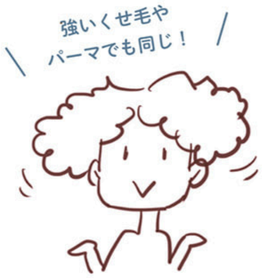

ぼうず頭だと
わかりやすいね


髪をブロックにわけて考えよう
後ろ髪
横髪
前髪

髪は前髪、左右の横髪、後ろ髪と大きく４つのブロックにわかれます。前髪を上にあげても自然と前に落ちてきますよね。このようにブロックによって生えかたの方向が違います。





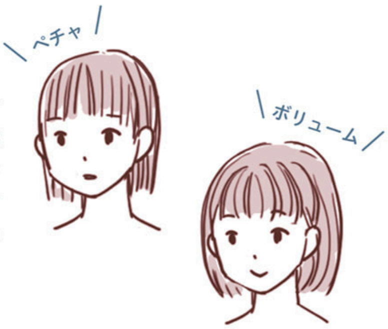

強いくせ毛や
パーマでも同じ！

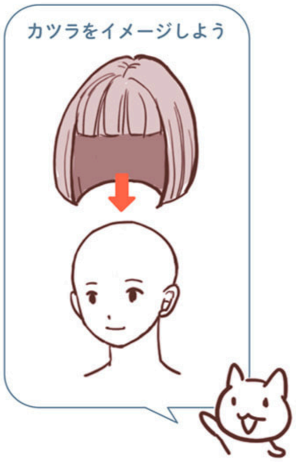
Point 2 頭の形を意識する

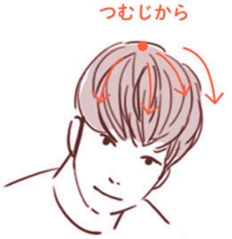
頭という球体に髪の毛が生えるので、基本的に頭の形にそって髪の流れを描きます。

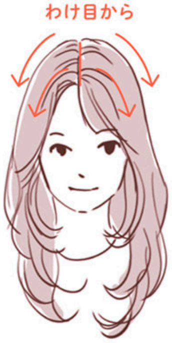
Point 3 ボリュームに気をつける

頭に髪がはりつくように描いていませんか？ とくに後ろの髪は意識していないことが多く、ぺちゃんこになりがち。空気が含まれていてふんわりしているので、そのぶんボリュームをつけましょう。




カツラをイメージしよう



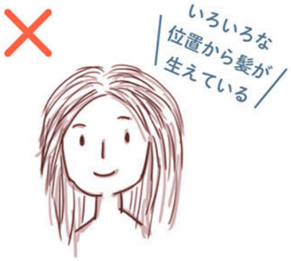


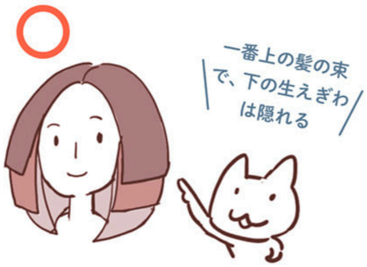
Point 4 つむじ、わけ目を考える

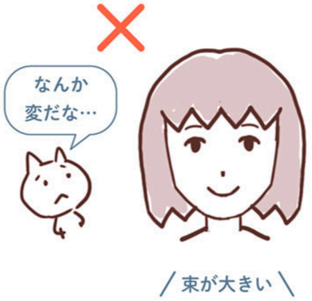
つむじ、わけ目は髪の始点。髪を描くときにつむじやわけ目がどこにあるか決めておきましょう。

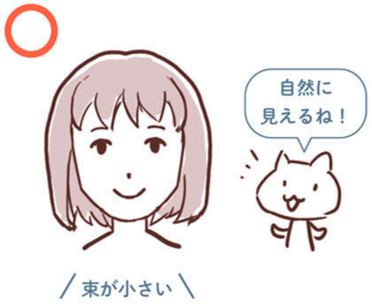
Point 5 髪の根元は見えない

髪は頭部のいろいろな部分から生えているからと、いろんな位置から描きはじめるのはNG。髪の根元が見えるのは頭頂部だけで、じつは髪の根元はあまり見えません。とくにロングの場合は、下のほうにある髪の根元は隠れます。


×
いろいろな位置から髪が生えている


○
一番上の髪の束で、下の生えぎわは隠れる


×
なんか変だな…
束が大きい

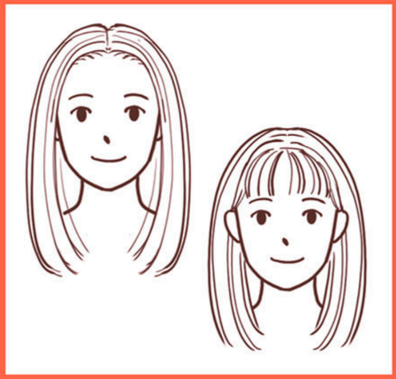

○
自然に見えるね！
束が小さい

Point 6 髪の束の大きさをかえる

髪の束を大きめに規則的にすると、どうしても不自然な印象に。束を細かくし不規則にすると自然に見えます。

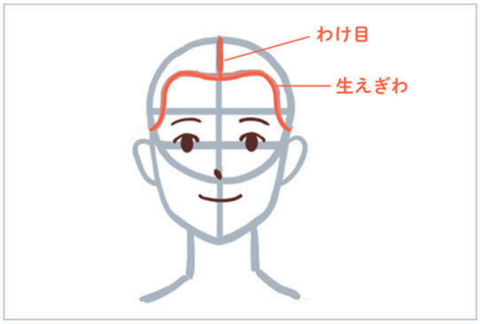
ロングを描く

ゆるく内側にカーブさせるときれいです。線が途中で切れたり、毛先がバラバラになっていると、ボサボサに見えるので気をつけて。



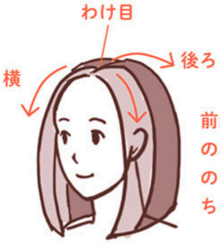
前髪なし

目安を描く

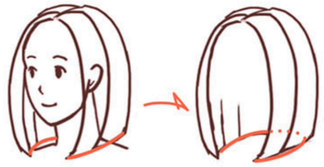


1 わけ目、生えぎわを描く。

Point
ポイント

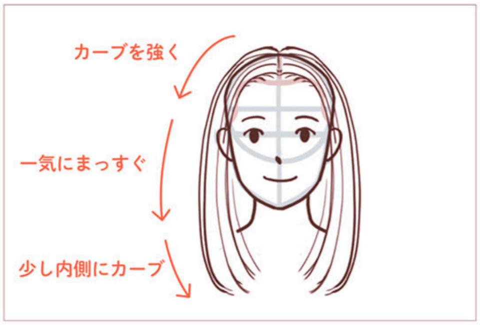


前髪のないロングの場合、横と後ろの２方向に髪がおちる。

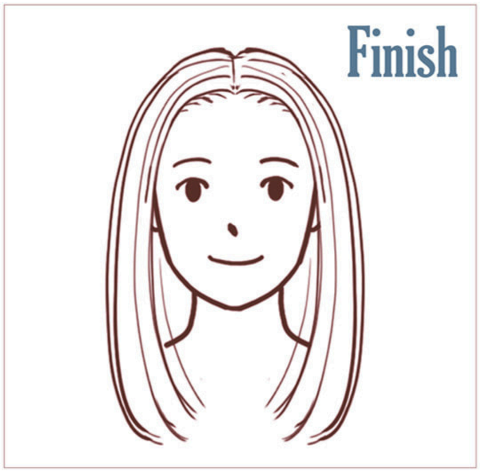


後ろ側の形も意識すると、自然な立体感が表現できる。

髪を描く

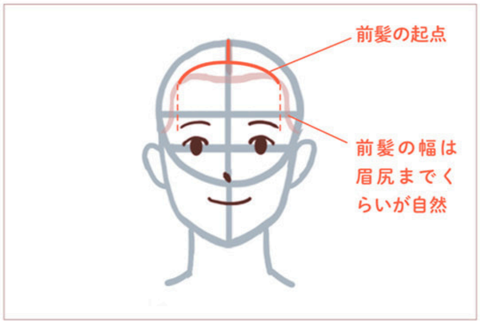

カーブを強く
一気にまっすぐ
少し内側にカーブ

2 わけ目から毛先まで一気に、頭の形にそって横の髪を描く。最初は強めにカーブさせ、その後まっすぐ描く。 毛先は少しだけ内側にカーブさせる。



前髪あり

目安を描く

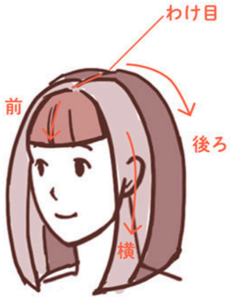

前髪の起点
前髪の幅は眉尻までくらいが自然

1 わけ目と生えぎわを描き、前髪の位置を決める。

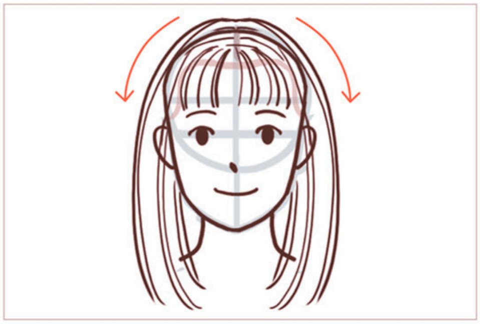
生えぎわより少し上くらいになる。

Point
ポイント

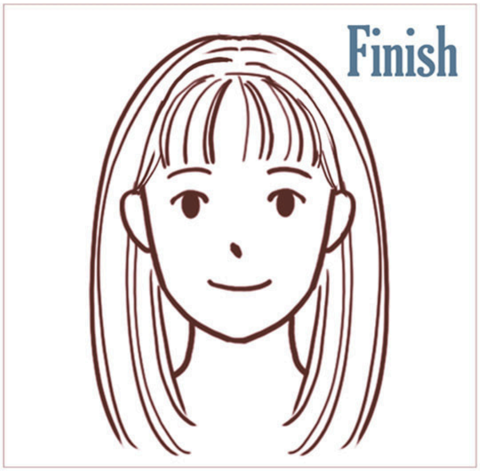
前髪のあるロングの場合、前、横、後ろの３方向に髪がおちる。



髪を描く

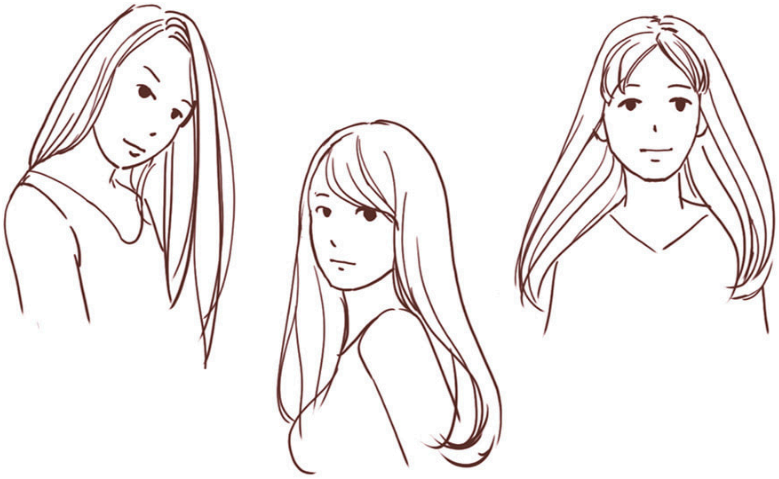


2 前髪は曲線を意識して描く。「前髪なし」（p.54）2と同様に描く。



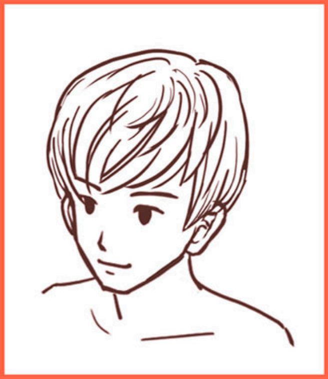
Arrange
アレンジ

同じロングでも
わけ目や前髪を
かえてみよう



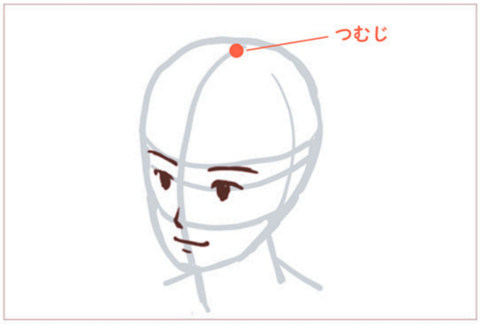
ショートを描く

ショートは 頭の形が出るので描きやすい髪型ですが、種類によっては上部にボリュームがでたり、髪の流れが複雑になるので、バランスを意識することが大切です。



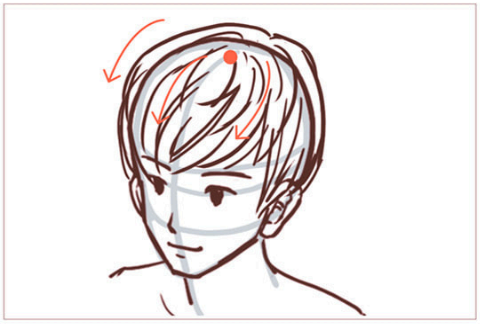
マッシュ

目安を描く



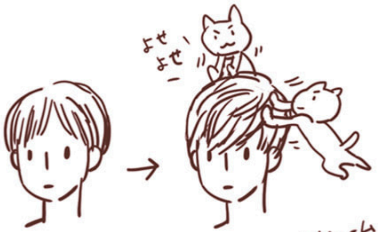
1 つむじを頭頂部に描く。

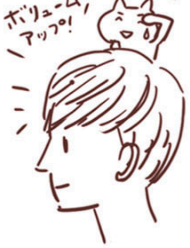
髪を描く



2 髪を全体的に前に向けて描く。 頭の形にそって、耳の上くらいまで曲線で描く。

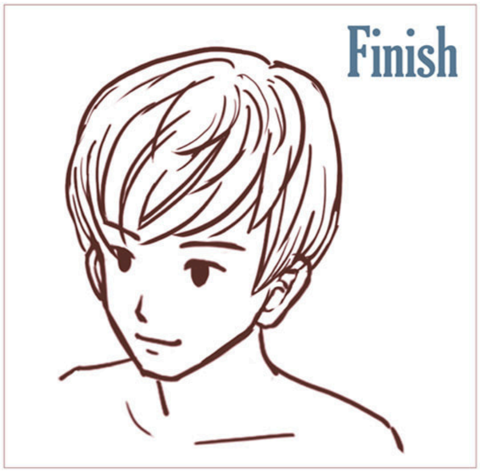
上から見下ろす角度なので、えり足は見えない（p.82）。





Point ポイント

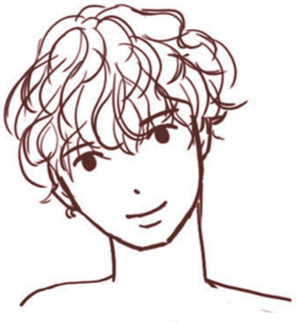
今回のスタイルは髪全体を前におろしているので、通常のショートよりも横から見たときに前髪のボリュームが多くなる。



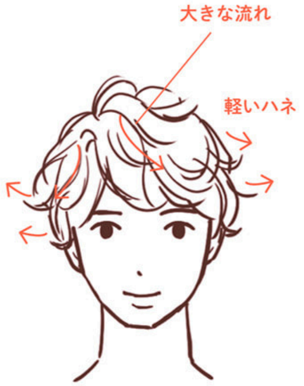
Arrange アレンジ

パーマをかけたり、毛の流れをかえたりして変化をつけよう

毛先にあまり動きをつけないと、重めのパーマになる。

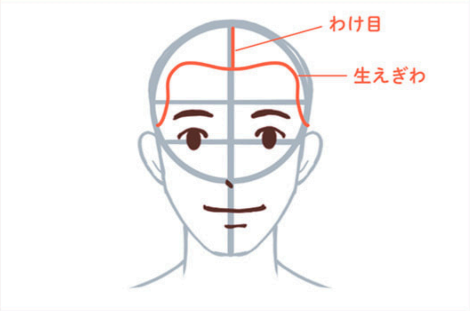


大きな流れと逆行するようにランダムにハネを描くと、髪に動きが出て、軽い雰囲気が出る。



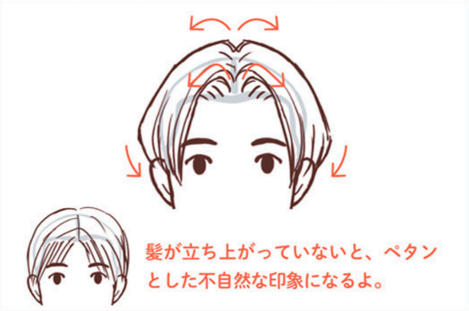
センターわけ

目安を描く



1 わけ目と生えぎわを描く。

髪を描く

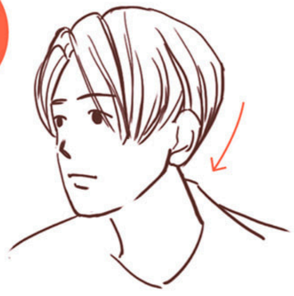


髪が立ち上がっていないと、ペタンとした不自然な印象になるよ。

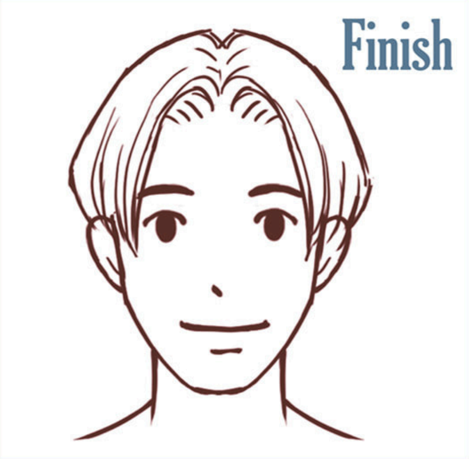
2 生えぎわを意識して、髪を正面中央から立ち上げ、頭の形にそって左右におろす。毛先を少し内向きにしてまとめる。

髪がまとまって左右にわかれるので、ボリュームがでる。

Point ポイント

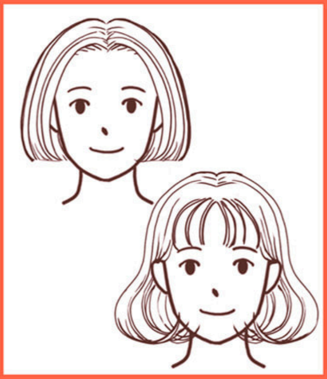


斜め向きを描くときは、首のほうに向かって、すぼまっていく感じに 。



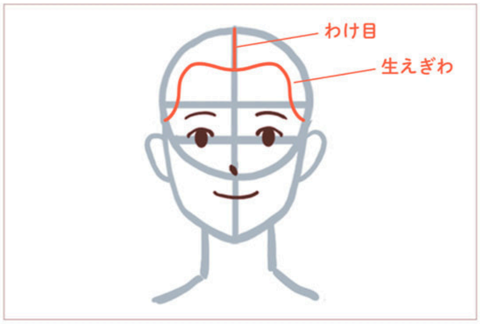
ボブを描く

描きかたのコツは「ロングを描く」（p.54）と同じです。毛先をアレンジしたり、髪の長さをかえたりしてアレンジしましょう。



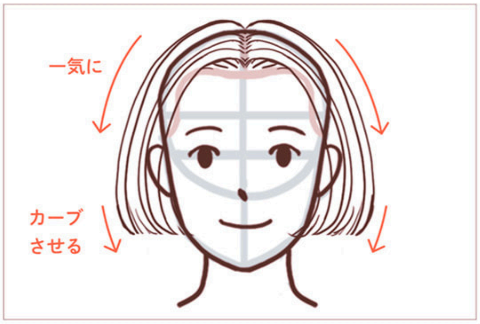
ショートボブ

目安を描く



1 わけ目、生えぎわを描く。

髪を描く

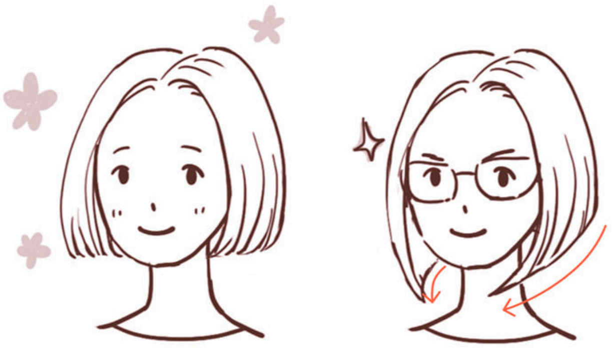


2 つむじから毛先まで、一気に頭の形にそって横の髪を描く。口のあたりで内側にゆるくカーブさせる。

途中でとめず、ひと筆で描こう。

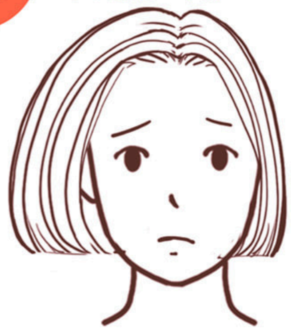
Point ポイント

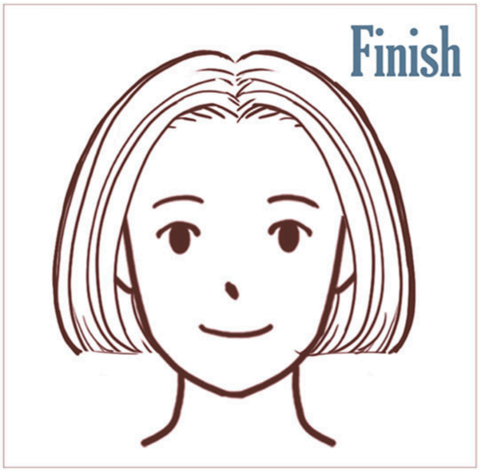
全体の長さをそろえてカーブをなだらかにするとかわいく、横の髪を前下がりにし、毛先をまっすぐ描くとかっこいい印象になる。



Point ポイント

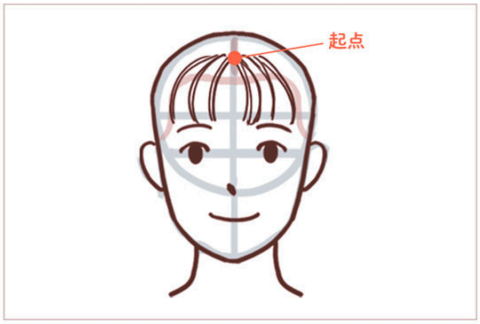
センターわけの場合、左右対称にしないとバランスが悪く見えるので気をつけて。





内巻きボブ

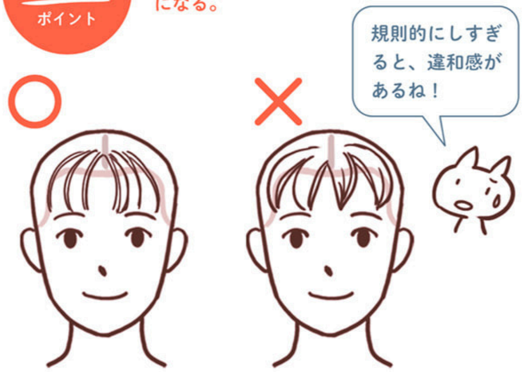
目安を描く



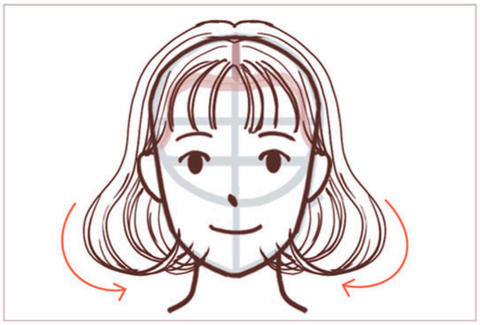
1 わけ目、生えぎわを描く。生えぎわから少し上に前髪の起点を決める。そこから、曲線を意識しながら、前髪を描く。

Point ポイント

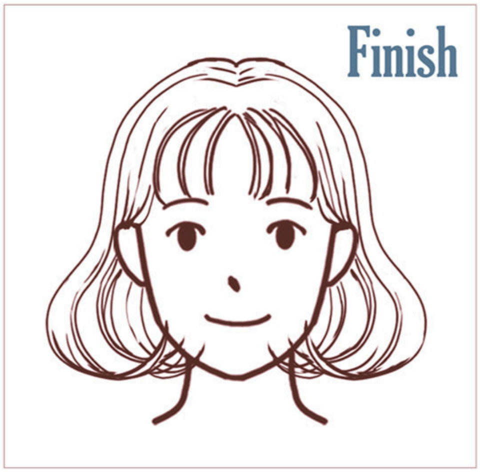
前髪は大きな毛束にしないほうが自然になる。


○
×
規則的にしすぎると、違和感があるね！

髪を描く

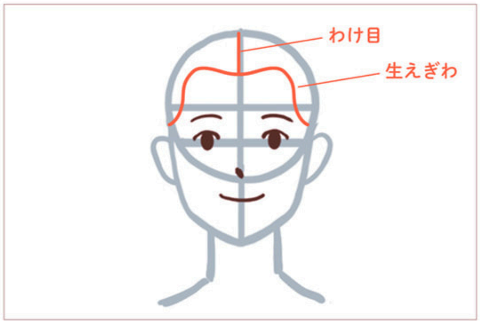


2 つむじから毛先まで、一気に描く。耳のあたりから外側にカーブさせ、あごのあたりから大きめに内側に巻く。



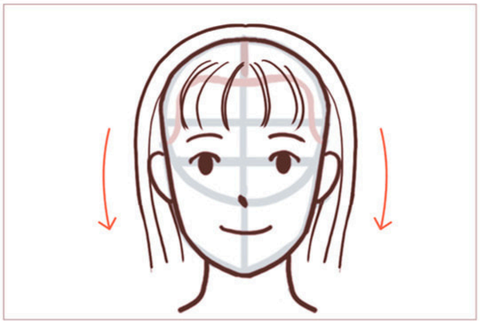
外はねボブ

目安を描く



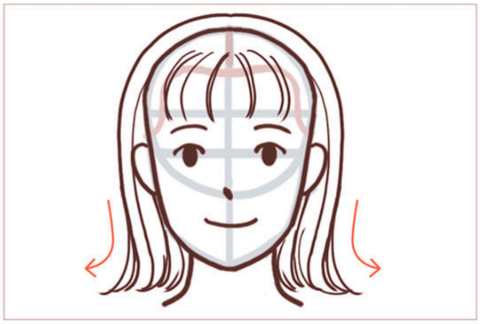
1 わけ目、生えぎわを描く。

髪を描く



2 前髪は「内巻きボブ」(p.59) 1と同様に描く。その後、横髪を頭の形にそって、つむじからあごまでまっすぐ描く。

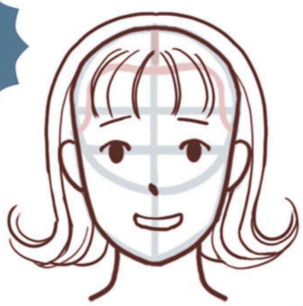
つむじから毛先まで、一気に描く。



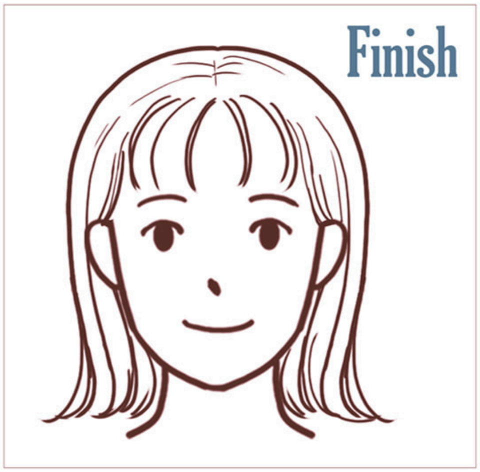
3 あごから肩上までの位置で少し内側にしたあと、外側にはねるように描く。

左右のはねが同じになるように。2から3まで、ひと筆で描こう。

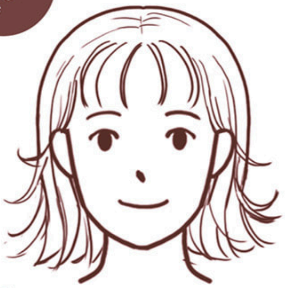
NG
よくある失敗



あまり外にはねさせすぎても不自然かも



Arrange
アレンジ



はねる位置をランダムにしても

Lesson 1
顔を描く

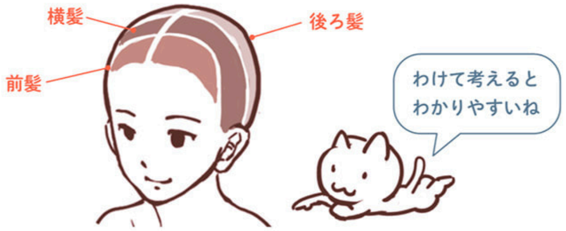
ヘアスタイル

髪を結ぶ

髪の毛を前髪、横髪、後ろ髪の３つにわけて考えます。どこから生えていて、どのように束ねるのかをイメージして描きましょう。

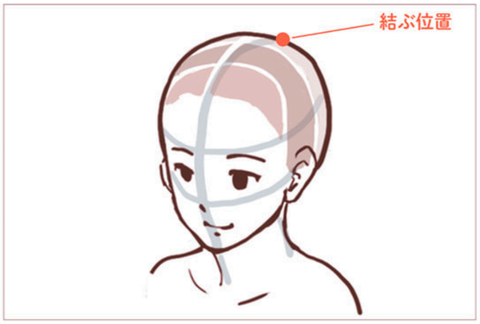
Point ポイント

まずどこで結ぶかを決めたら、髪の毛を面で分割して考えよう。わけ目や生えぎわから結ぶ位置に髪を集めるイメージで描く。


横髪
後ろ髪
前髪
わけて考えると
わかりやすいね

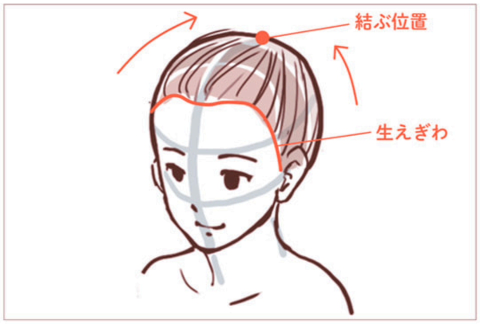
ひとつ結び

目安を描く



1 生えぎわを確認し、結ぶ位置を決める。

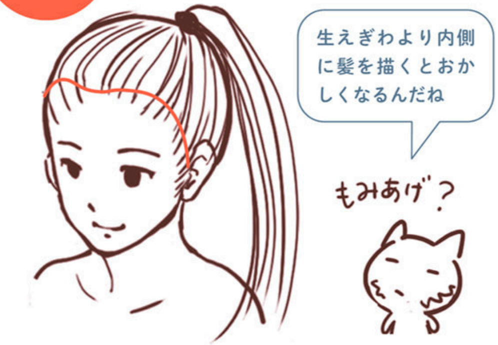
髪を描く

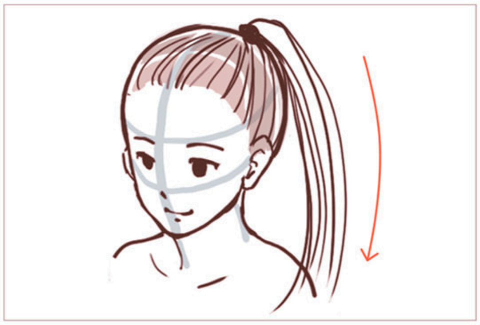


2 生えぎわから結び目まで、頭の形にそって髪を集めるように描く。

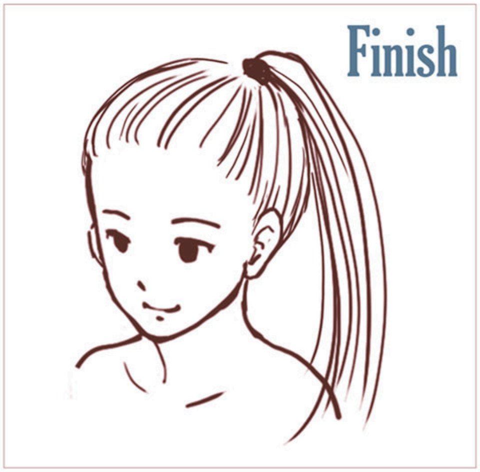
髪の線が頭のカーブにそうように気をつけよう。

Point ポイント


生えぎわより内側
に髪を描くとおか
しくなるんだね
もみあげ？

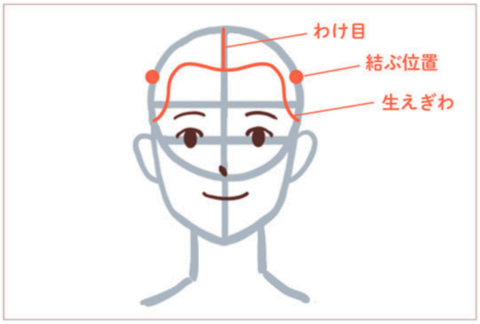


3 髪を結んだら、結び目から一気に髪を描く。



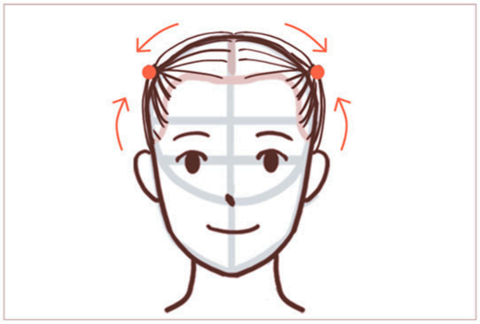
ふたつ結び

目安を描く


わけ目
結ぶ位置
生えぎわ

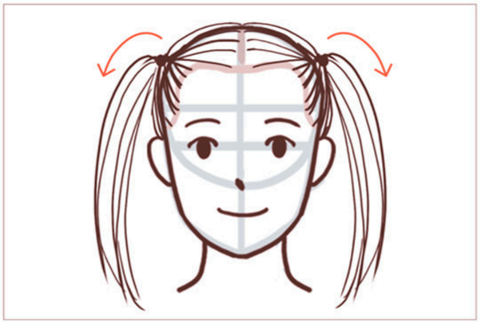
1 生えぎわを確認し、わけ目を描く。髪を結ぶ位置を決める。

髪を描く



2 生えぎわから結び目まで、頭の形にそって髪を集めるように描く。

直線的にならないように頭のカーブにそわせる。

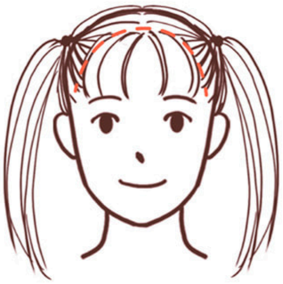


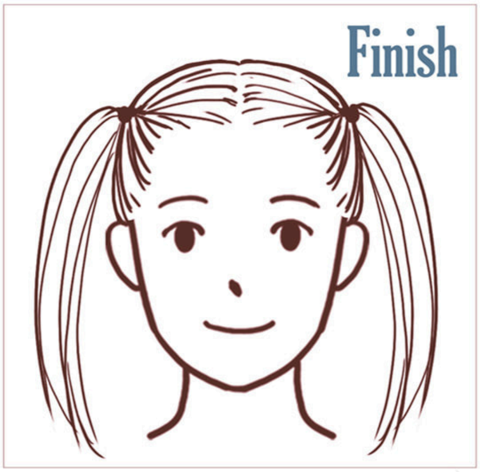
3 髪を結んだら、結び目から一気に髪を描く。

ふたつにわけるので、ボリュームが均等になり、左右の長さが一緒になるように。

Point ポイント

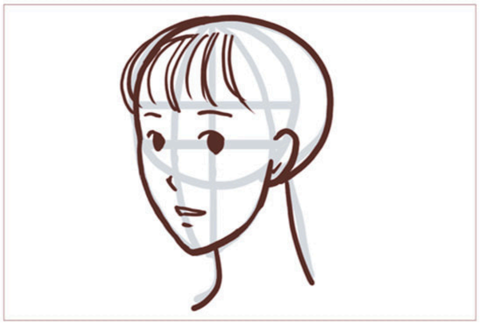
前髪を描くときは、最初に描こう。
「ロングを描く　前髪あり」(p.55)
を参考にして。





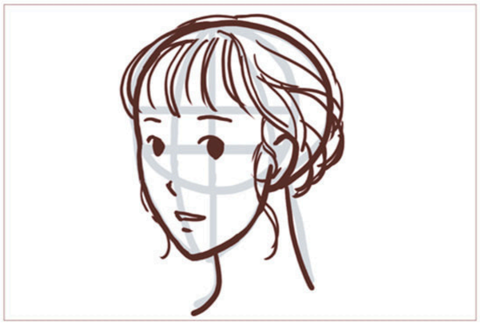
下でおだんご結び

目安を描く



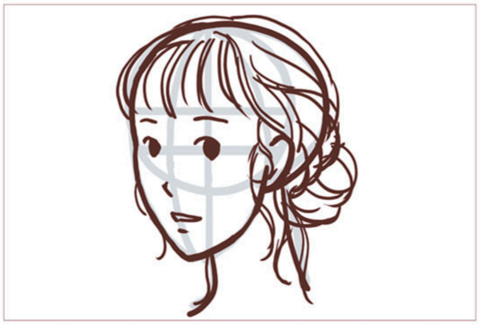
1　「ロングを描く　前髪あり」（p.55）と同様に、前髪をふんわりと描く。

髪を描く



2　横の髪を描く。

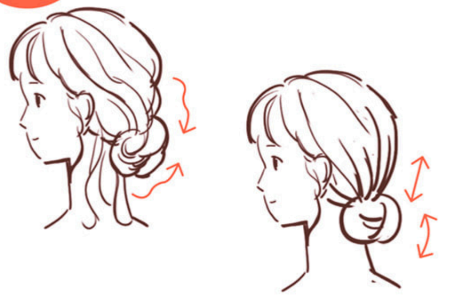
結ぶ位置に髪を集めるように描く。

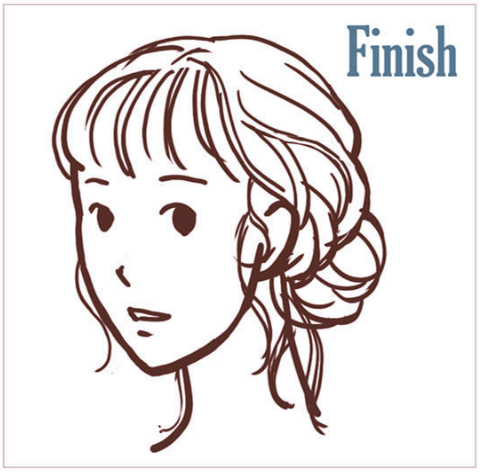


3　後ろのほうにおだんごを描く。

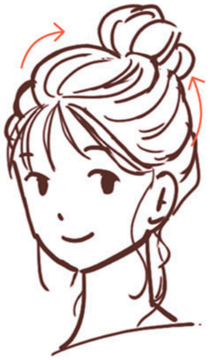
Point
ポイント

おだんごをゆるくまとめるか、しっかりまとめるかで、髪の線を描きわけよう。





Arrange
アレンジ

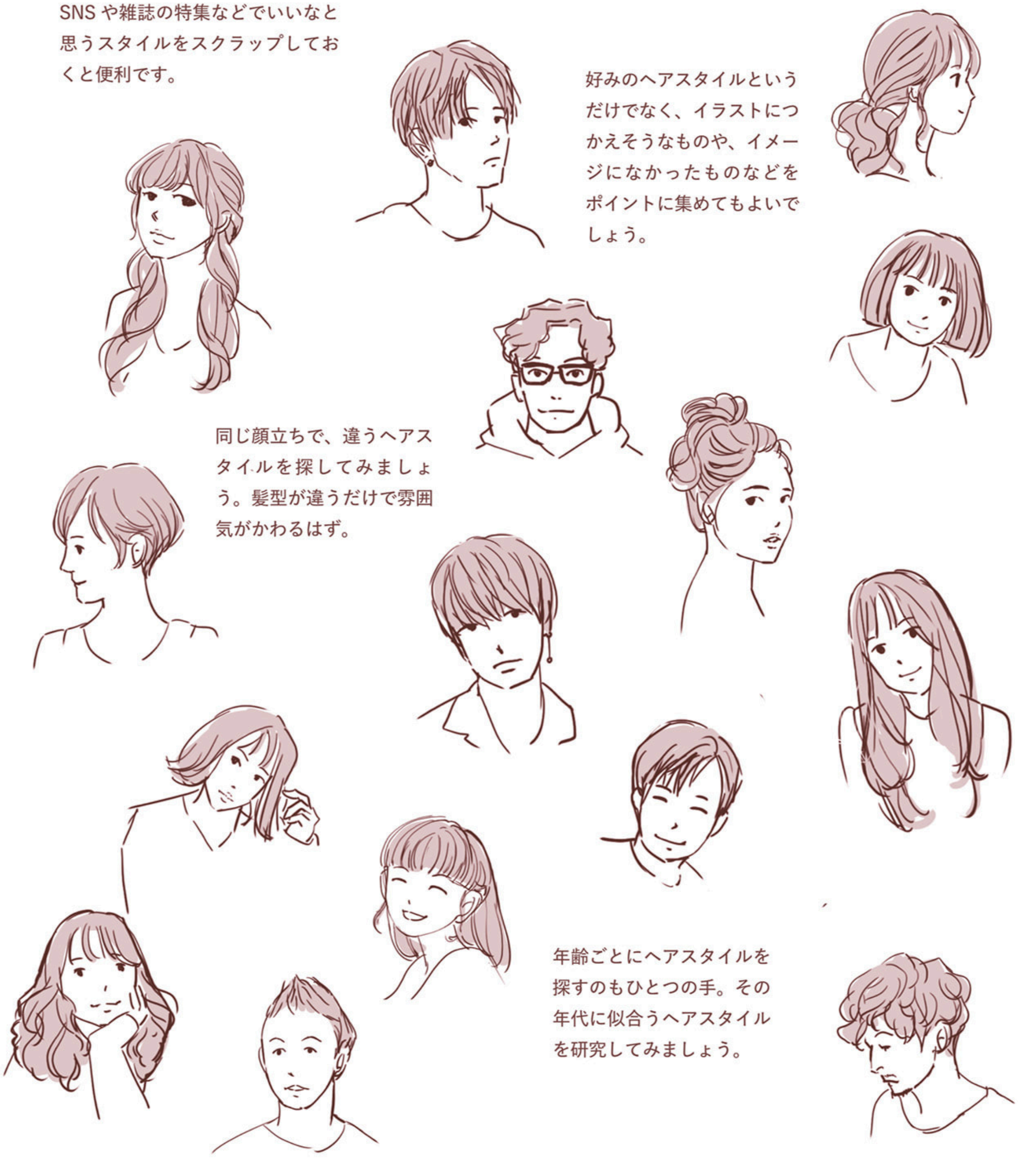


「ひとつ結び」（p.63）と同様にして描き、最後におだんごにしても

+1 プラスワンテクニック

ヘアカタログ

ヘアスタイルとひとくちにいっても、時代、年齢、国によっても
いろんなバリエーションがあります。日ごろから研究しておきましょう。



SNSや雑誌の特集などでいいなと思うスタイルをスクラップしておくと便利です。

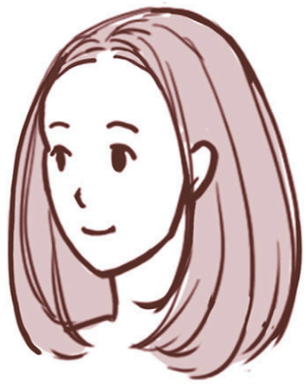
好みのヘアスタイルというだけでなく、イラストにつかえそうなものや、イメージになかったものなどをポイントに集めてもよいでしょう。

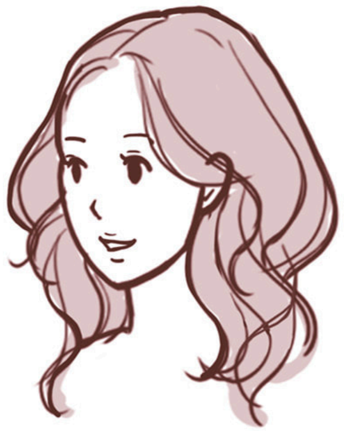
同じ顔立ちで、違うヘアスタイルを探してみましょう。髪型が違うだけで雰囲気がかわるはず。

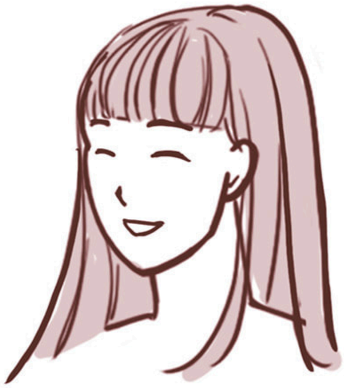
年齢ごとにヘアスタイルを探すのもひとつの手。その年代に似合うヘアスタイルを研究してみましょう。

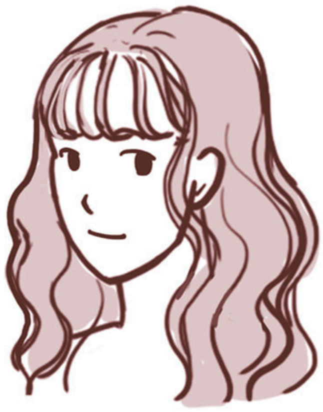
ロング

ストレートやウェーブなどがあります。ウェーブが小さいと個性的で元気な印象、ウェーブが軽いとやさしい印象になります。



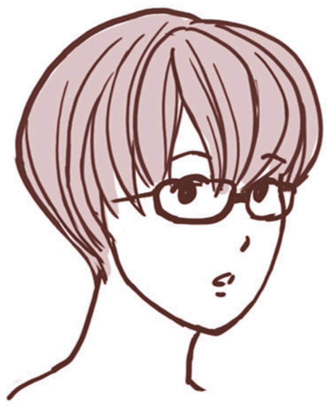


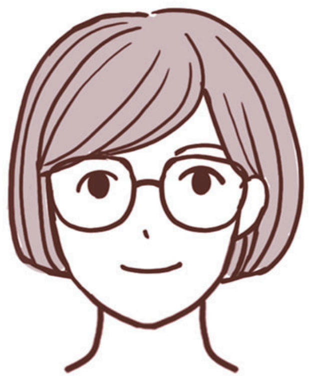




ショート

髪が短いとシンプルになるイメージがあるかもしれませんが、メガネやピアスなどの小物が主役になります。

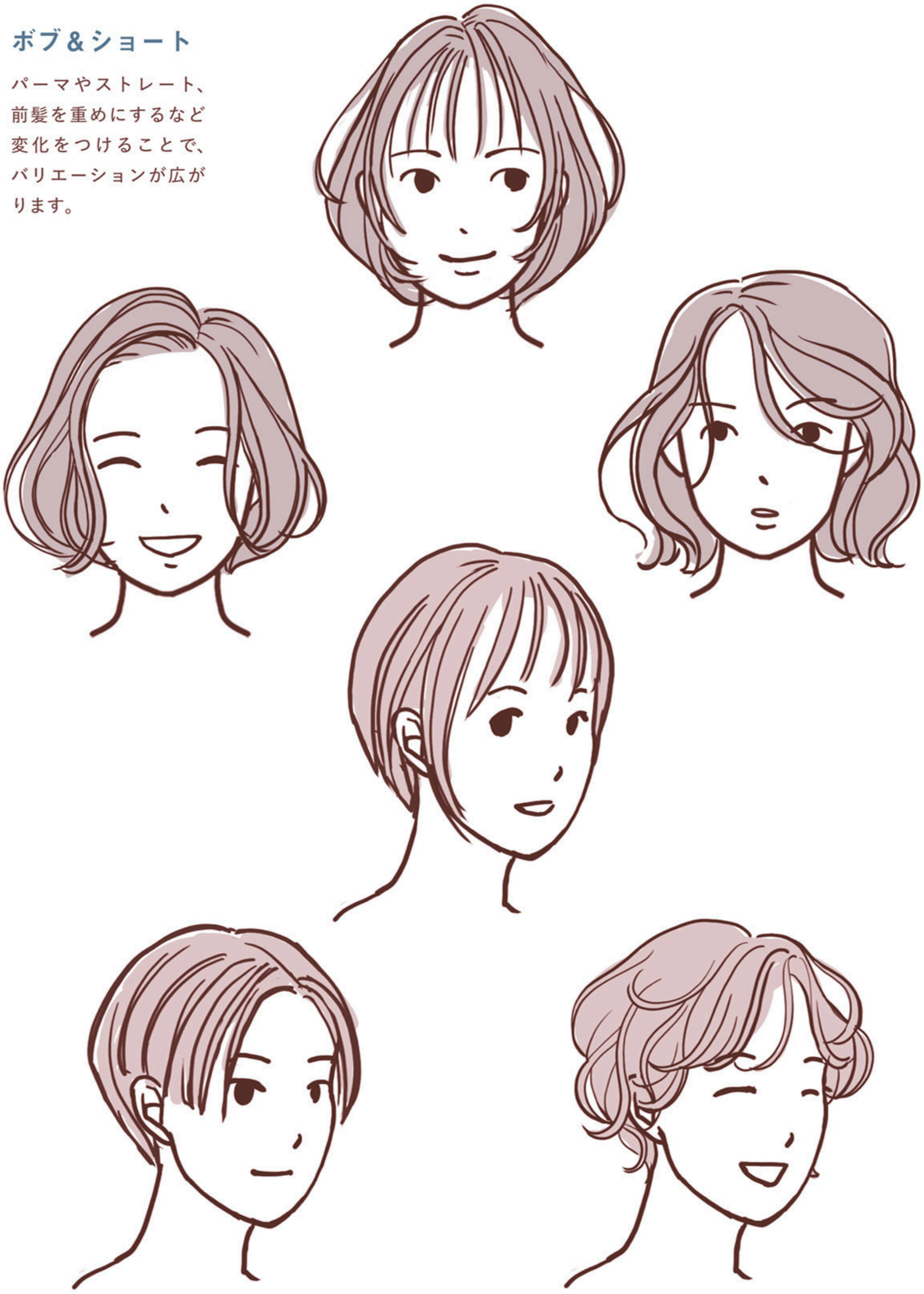




+1 プラスワンテクニック

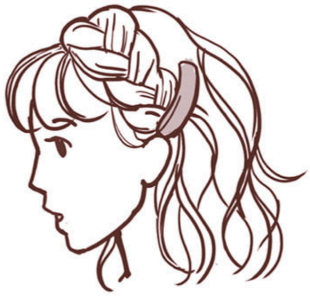
ボブ＆ショート

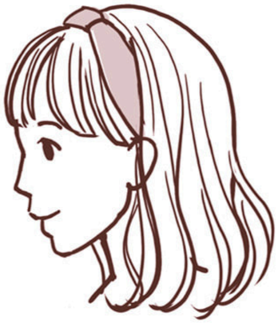
パーマやストレート、前髪を重めにするなど変化をつけることで、バリエーションが広がります。

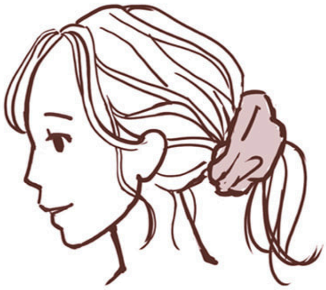


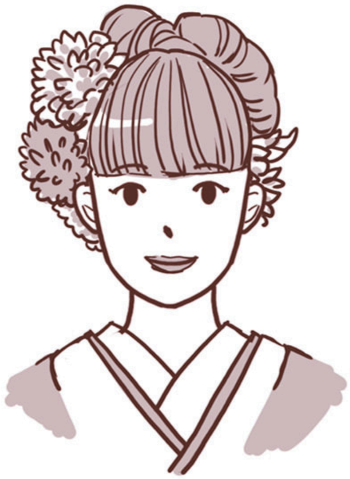
アレンジ

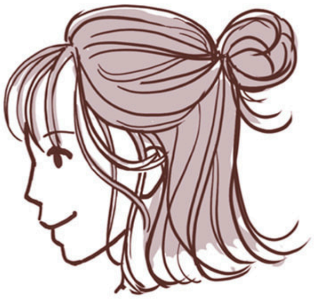
ヘアアクセや結ぶ位置をかえると、ヘアスタイルの幅が出ます。和装やパーティなど特別なシチュエーションも練習しましょう。

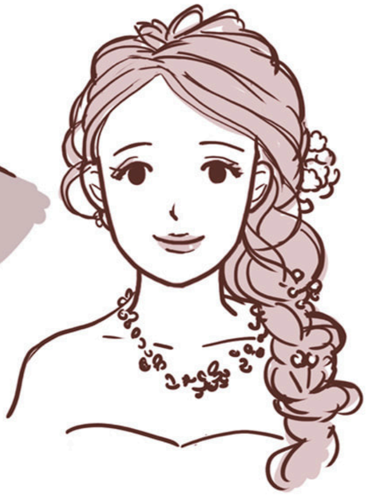






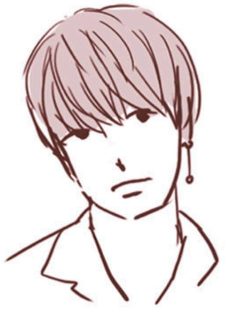


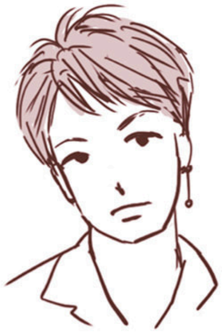


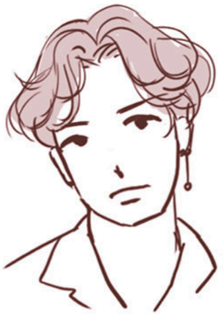


メンズ

男性らしくしたいときは、女性よりも少しボリュームをおさえたり、トップを少し立たせたりすると「らしく」なります。



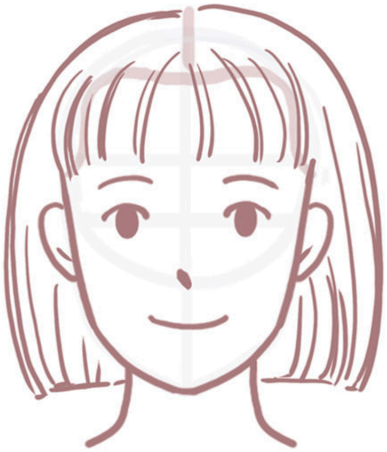


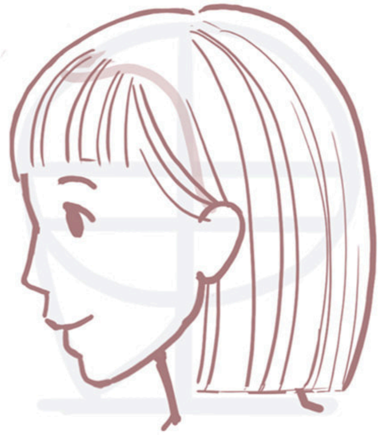


Let's practice!

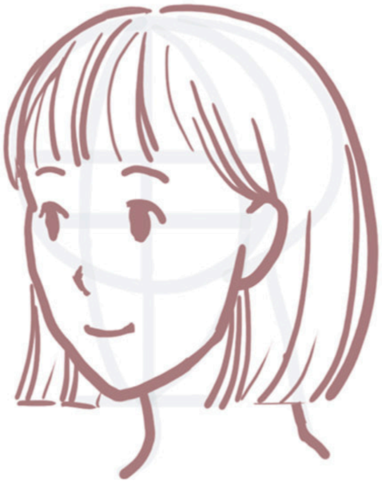
なぞって練習しよう

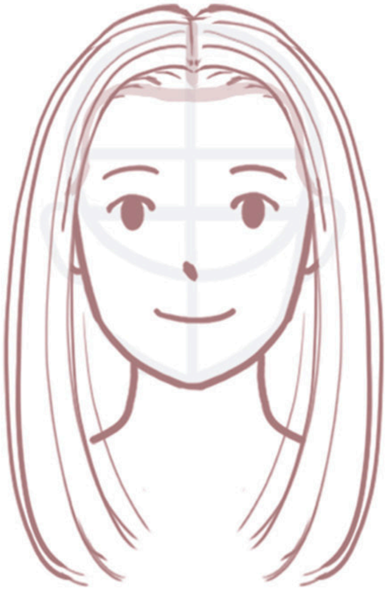
「Lesson1 顔を描く」p.32 〜 p.60 のおさらいです。上からなぞったり、
もう一度思い出して描いたりしながら練習をしましょう。

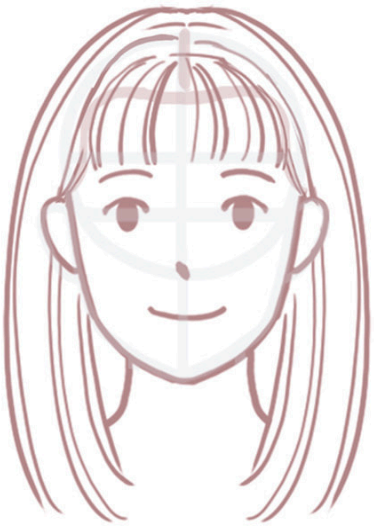


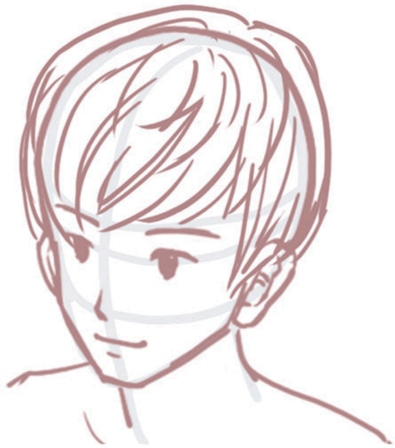


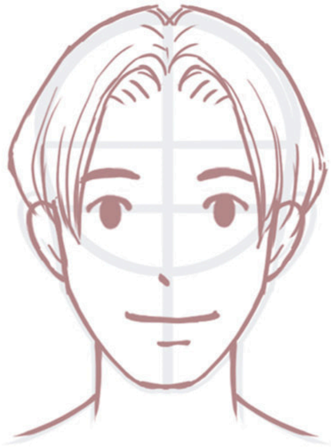
なぞるときも、アタリ（下描き）の線を意識しよう。髪の毛の線は途切れさせず、一気に描いてね

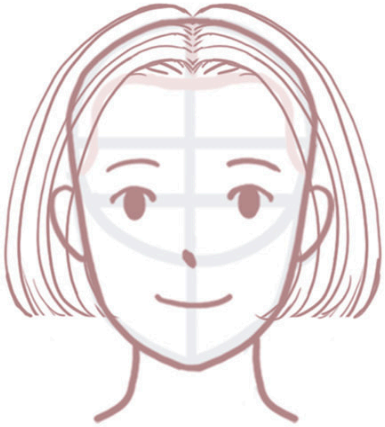


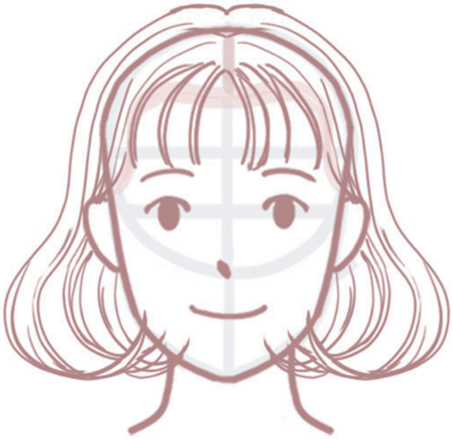


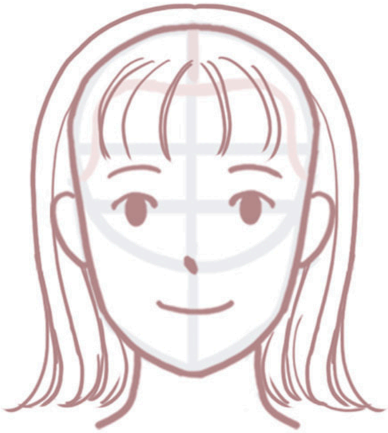










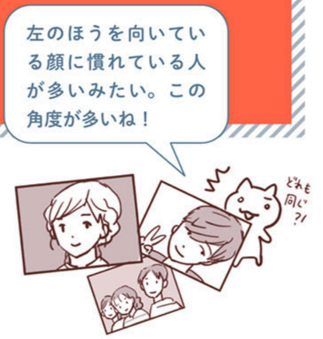


基本をチェックしよう

正面、横顔、斜めの顔をマスターしたら、次はいろいろな角度を描く練習に挑戦しましょう。

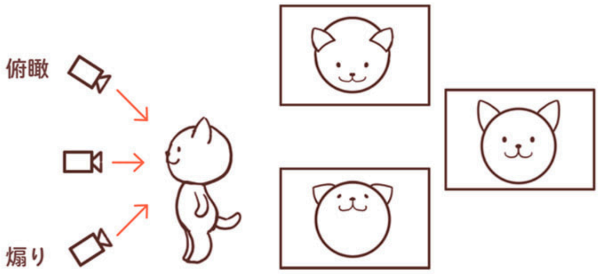
いろいろな角度を描けるようになろう

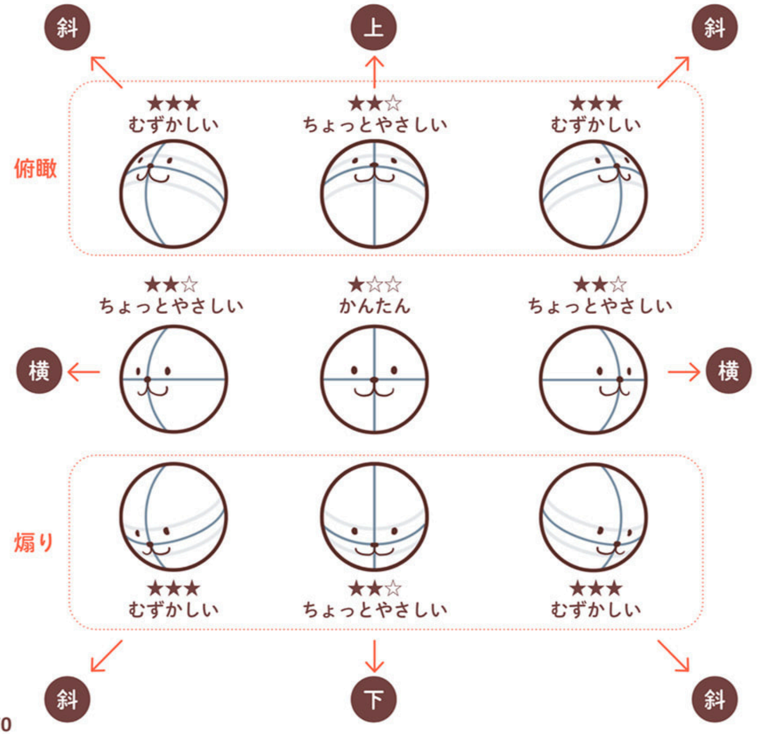
角度をつけて顔を描こうと思うと、ついつい左向きの顔を描きがちです。そうでなくとも、自分の得意な角度を描いてしまうことも多いでしょう。いろいろな角度から顔を描けるようになると、表現の幅が広がりますよ。


左のほうを向いている顔に慣れている人が多いみたい。この角度が多いね！
どれも同じ?!

見る角度で人物の向きがかわる

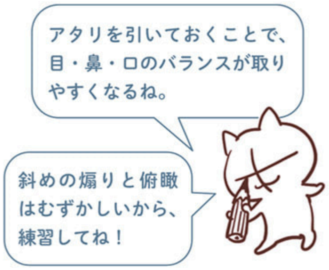
下から見た角度を「煽（あお）り」、上から見た角度を「俯瞰（ふかん）」といいます。見る角度によって顔はまったくかわってきます。正面、横顔、斜めの顔と描くのに慣れてきたら、今度は煽りや俯瞰の角度にも挑戦してみましょう。




斜
上
斜
俯瞰
★★★
むずかしい
★★☆
ちょっとやさしい
★★★
むずかしい
横
★★☆
ちょっとやさしい
★☆☆
かんたん
★★☆
ちょっとやさしい
横
煽り
★★★
むずかしい
★★☆
ちょっとやさしい
★★★
むずかしい
斜
下
斜

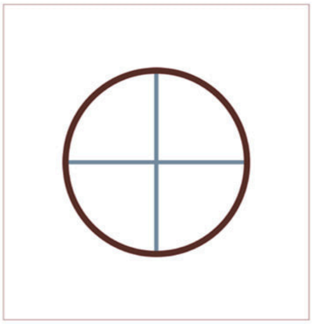
かんたんに円で考えてみよう

いきなり顔を描きはじめるとむずかしくて混乱するので、まずは円で顔の向きの練習をしましょう。大事なのはパーツの位置を決めるために、アタリ（下描きの線）を描くくせをつけること。顔に十字のアタリを描くことで、顔がどっちに向いているかがわかりやすくなります。


アタリを引いておくことで、目・鼻・口のバランスが取りやすくなるね。
斜めの煽りと俯瞰はむずかしいから、練習してね！

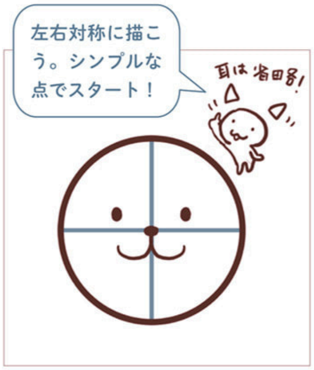
★☆☆
かんたん

正面の顔



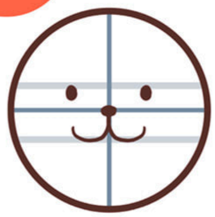
1 正円に十字を描く。

最初に縦の中心線を描くくせをつけよう。



2 ふたつの線が交わったところに鼻を描く。目と口も左右対称になるように描く。

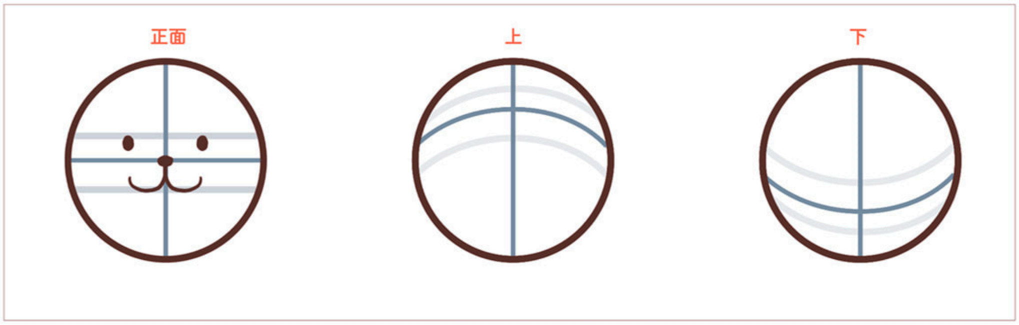
Point
ポイント



目と口を描くためのアタリの線を引いておくと、場所がずれずにくいよ。とくに角度がついた顔のときは描くようにしよう。

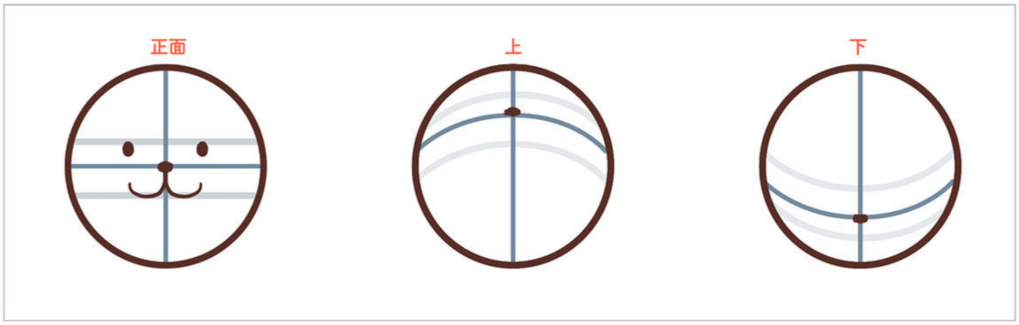
★★☆
かんたん

上下の顔



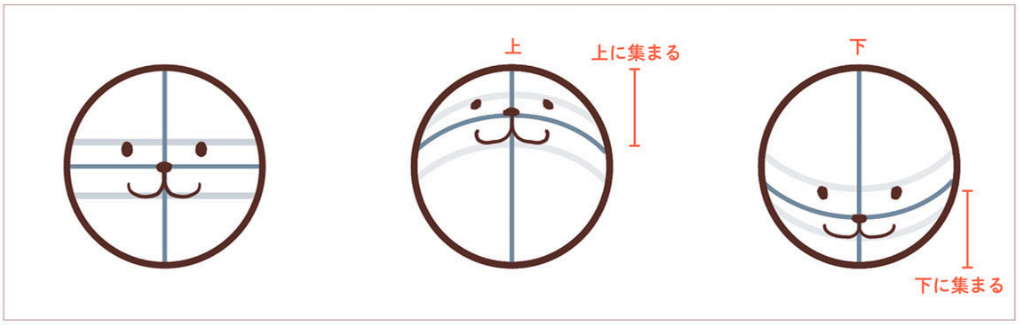
1 頭部は球体なので、まっすぐ上を向くとアタリの横線が、上向きの曲線になる。
まっすぐ下を向くとアタリの横線が、下向きの曲線になる。

正面の顔をとなりに描いておくと、バランスがとりやすいよ。



2 ふたつの線が交わったところに鼻を描く。

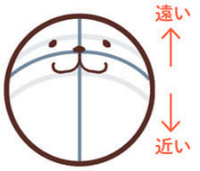
正面の顔を確認しながら、顔のパーツを描いていこう。
目・口よりさきに、顔の中心である鼻を描くとわかりやすいよ。

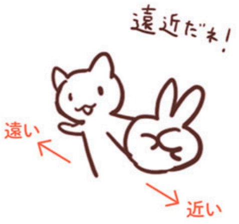

上
上に集まる
下
下に集まる

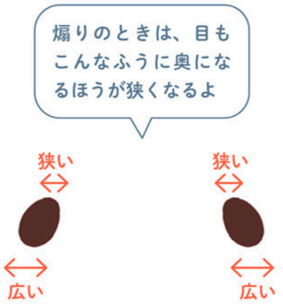
3 左右対称になるように目と口も描く。
上を向くと顔のパーツが全体的に上に、下を向くと下の位置になる。

目の形も、上向き、下向きによってかえよう。

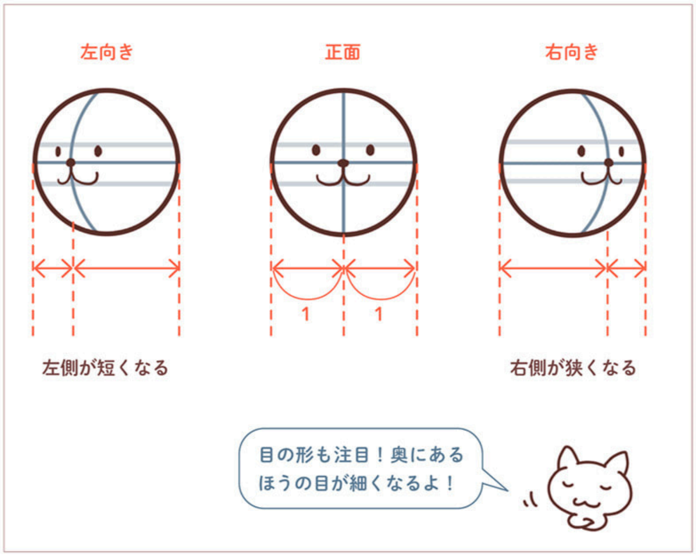
Point ポイント **パーツは手前が大きく奥は小さくなるので、上向きだと上側にある目が小さくなり、下向きだと下側にある口が小さくなる。**






煽りのときは、目もこんなふうに奥になるほうが狭くなるよ
狭い
狭い
広い
広い

★★☆ ちょっとやさしい　横向きの顔


左向き
正面
右向き
1
1
左側が短くなる
右側が狭くなる
目の形も注目！奥にあるほうの目が細くなるよ！

1 頭部は球体なので、横を向くとアタリの縦線（中心線）が左右に向かって曲線になる。まっすぐ上を向くとアタリの横線が、上向きの曲線になる。まっすぐ下を向くとアタリの横線が、下向きの曲線になる。

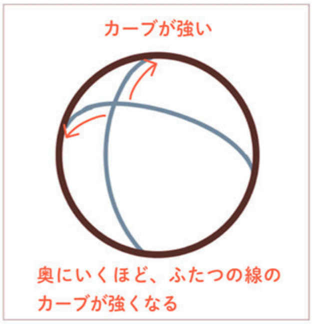
正面の顔をとなりに描いておくと、バランスがとりやすい。

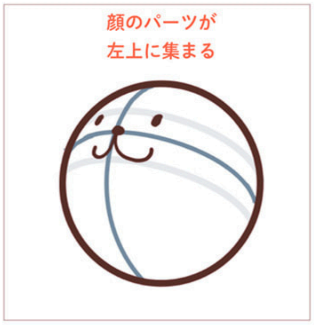
2 ふたつの線が交わったところに鼻を描く。目と口も描く。

左を向くと顔のパーツが全体的に左に、右を向くと右の位置になるので、目と口は左右対称にはならない。

★★★ むずかしい

斜めの顔


カーブが強い
奥にいくほど、ふたつの線のカーブが強くなる

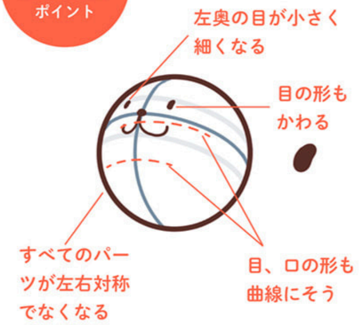

顔のパーツが左上に集まる

1 左斜め上の顔を描く。アタリの縦線（中心線）は左にカーブする。アタリの横線も上向きの曲線を強めのカーブで描く。

2 ふたつの線が交わったところに鼻を描く。目と口も描く。

左を向くと顔のパーツが全体的に左に寄るので、目と口は左右対称にはならない。

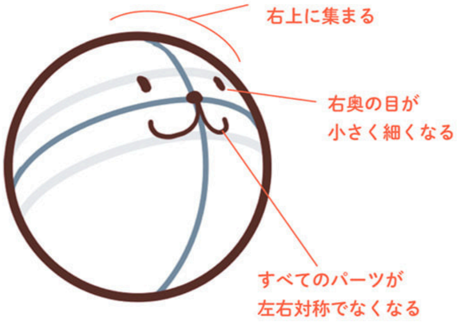
Point ポイント


左奥の目が小さく細くなる
目の形もかわる
すべてのパーツが左右対称でなくなる
目、口の形も曲線にそう

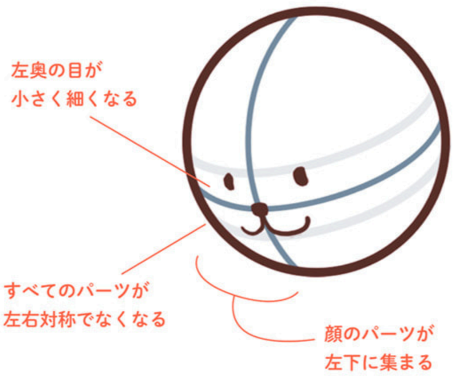
Point ポイント ほかの斜めの角度のポイントも確認して、練習をしよう。

すべてのパーツが変化するからむずかしくなるけど、ポイントをおさえて練習すれば大丈夫！奥になるほうが細く、小さくなるのを意識しよう。

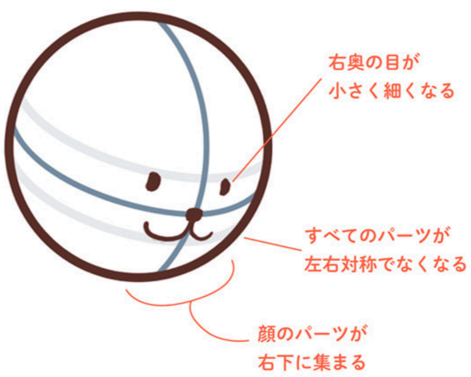
右斜め上


顔のパーツが右上に集まる
右奥の目が小さく細くなる
すべてのパーツが左右対称でなくなる

左斜め下


左奥の目が小さく細くなる
すべてのパーツが左右対称でなくなる
顔のパーツが左下に集まる

右斜め下

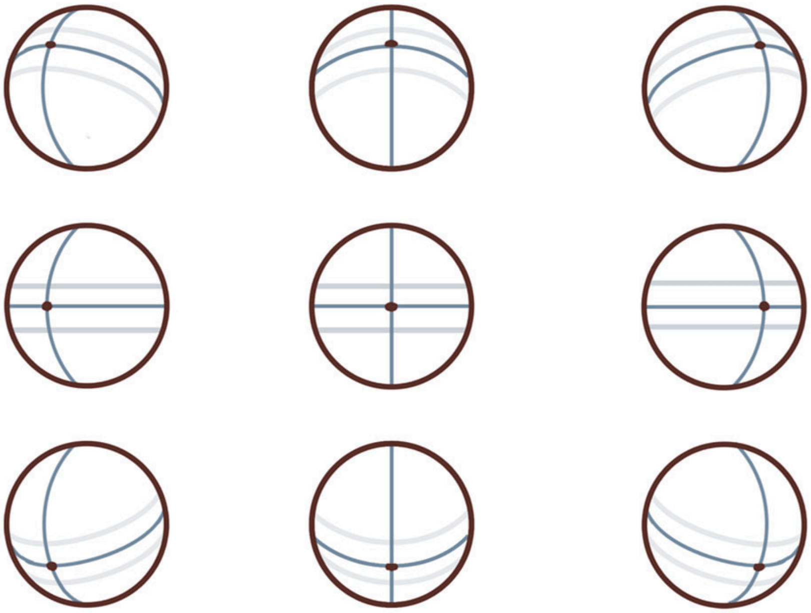

右奥の目が小さく細くなる
すべてのパーツが左右対称でなくなる
顔のパーツが右下に集まる

Let's practice!

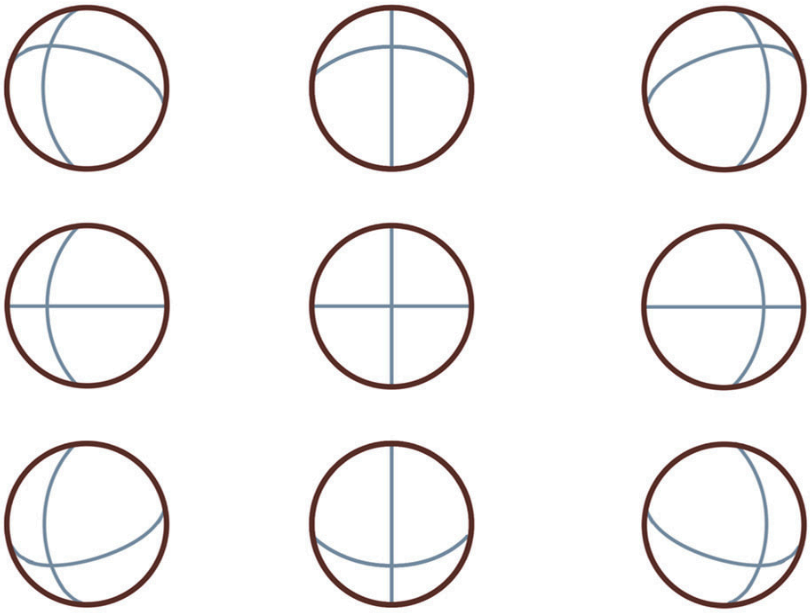
描いて練習しよう

p.70 ～ 73 の練習です。❶でアタリと鼻が描いてある顔に目と口を、次に❷でアタリが描いてある顔に目・鼻・口を、最後に❸で正円の顔にアタリと顔のパーツを描いてみましょう。

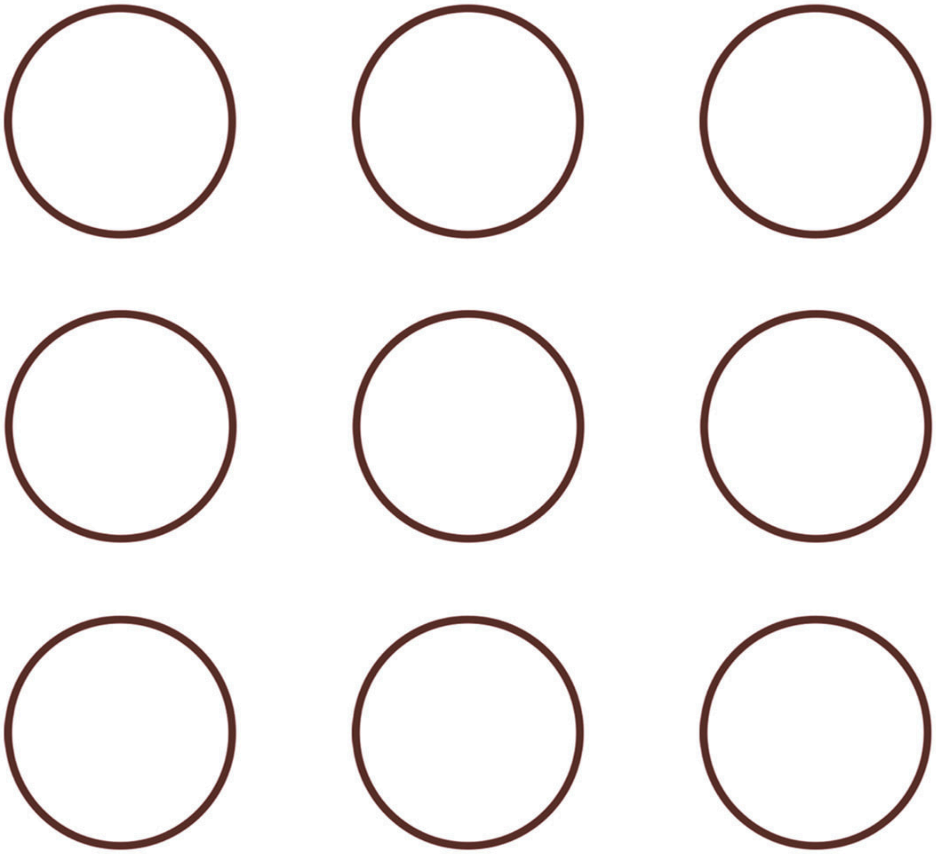
❶



❷

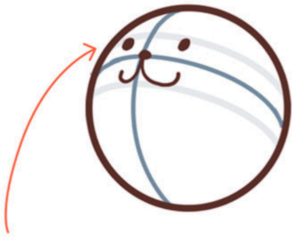


3

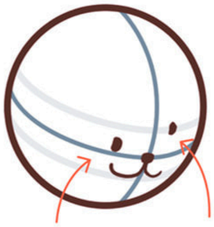


NG
よくある失敗

目の大きさが同じになってしまっている。手前と奥を意識しよう。

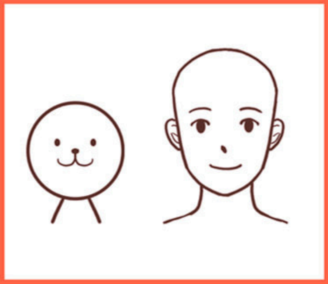


目の位置がずれている。アタリで位置関係を確認して。



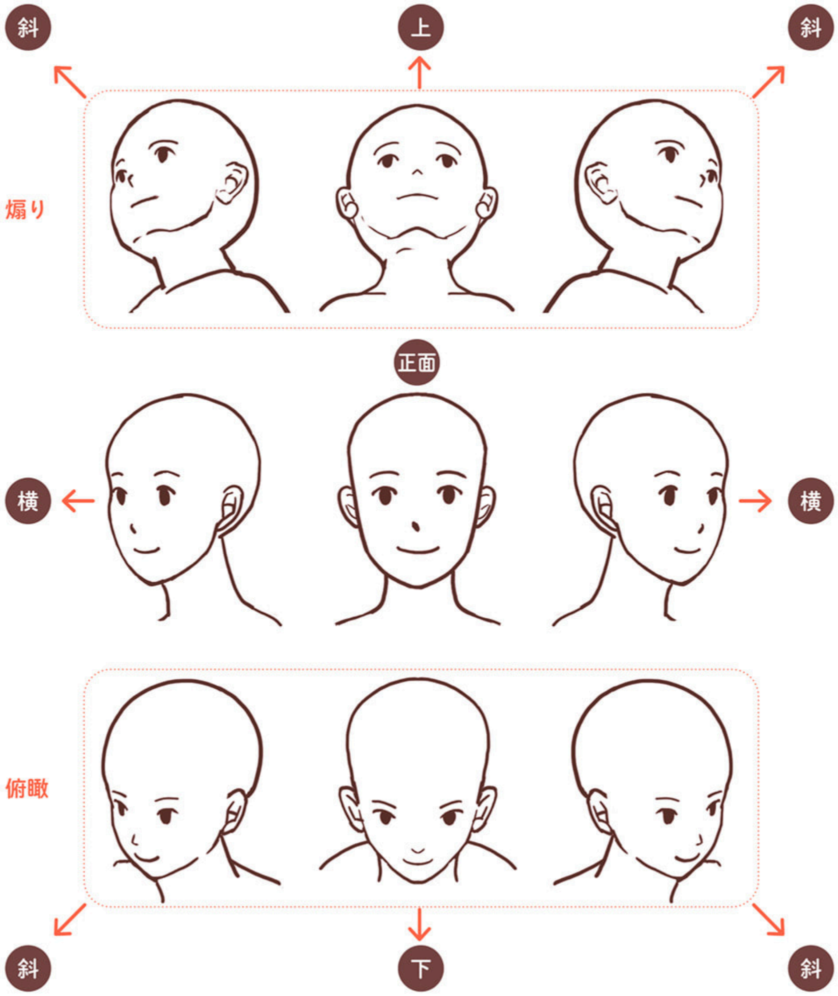
角度で顔のパーツは変化する

煽りや俯瞰で顔の角度がかわると、目・鼻・口の形も大きくかわります。どの角度だったら、どのように見えるのか、各パーツごとにしっかりマスターしておきましょう。



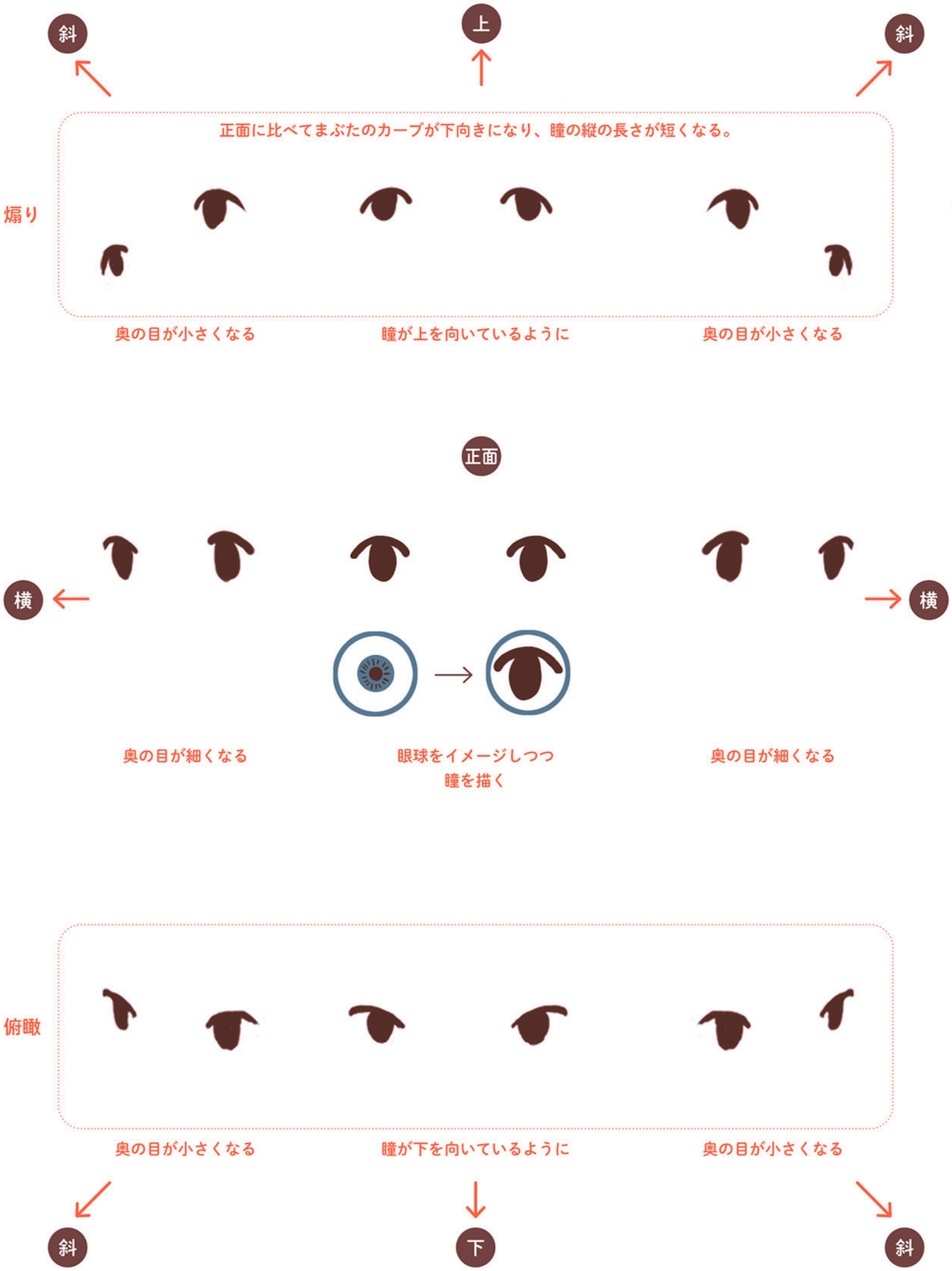
角度のある顔を描いてみよう

単純な円の顔から人間の顔になると、少しむずかしく感じるかもしれません。でも、基本的な考えかたはまったく同じです。



目は両目の大きさがかわる

角度がつくと両目の大きさがかわります。奥の目は小さく、手前の目は大きくなるので注意しましょう。



正面に比べてまぶたのカーブが下向きになり、瞳の縦の長さが短くなる。

奥の目が小さくなる

瞳が上を向いているように

奥の目が小さくなる

奥の目が細くなる

眼球をイメージしつつ
瞳を描く

奥の目が細くなる

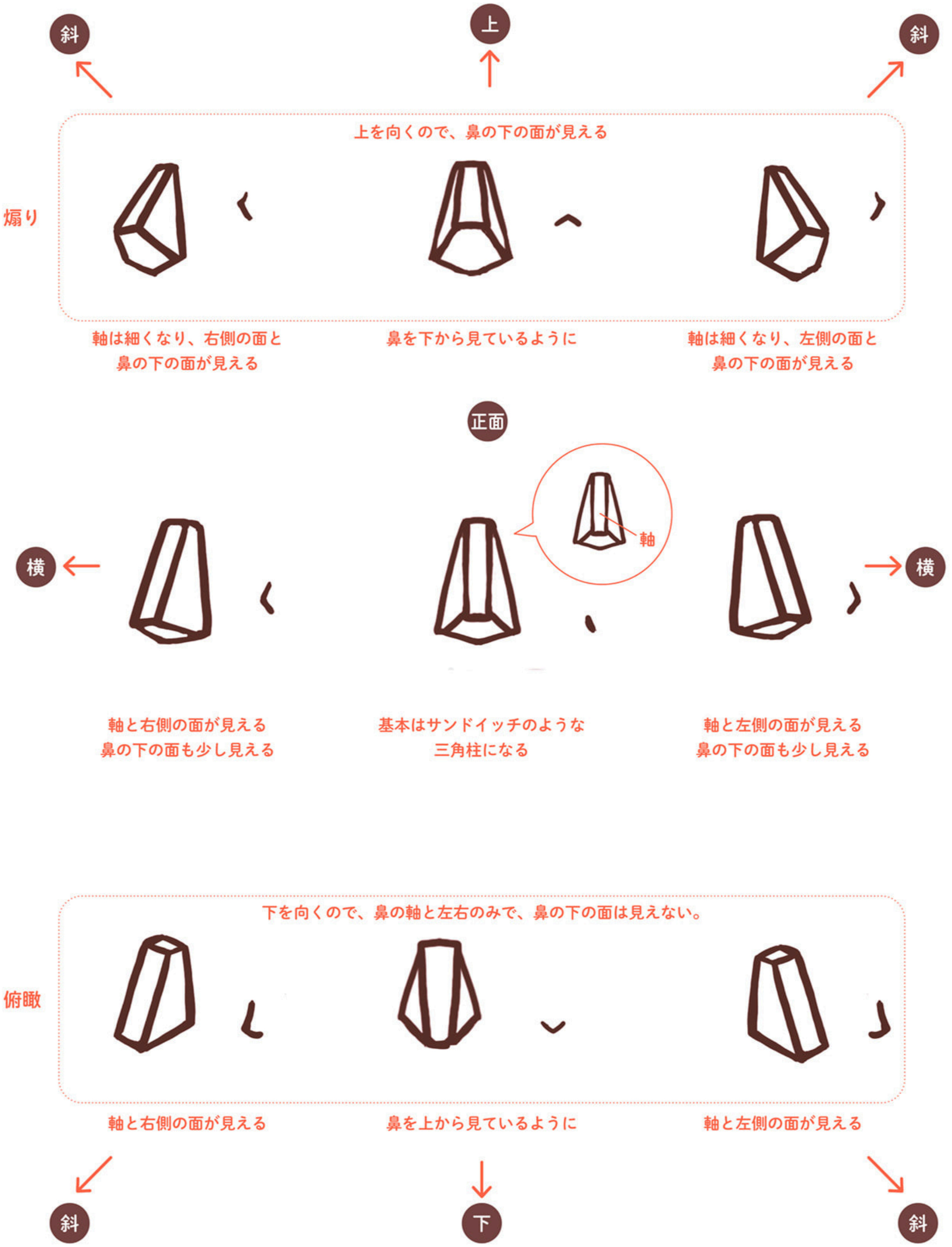
奥の目が小さくなる

瞳が下を向いているように

奥の目が小さくなる

鼻は見える場所が異なる

イラストでは簡略化して描くことが多いですが、構造を知っておくと、
シンプルにしても正確に描くことができます。



上を向くので、鼻の下の面が見える

軸は細くなり、右側の面と
鼻の下の面が見える

鼻を下から見ているように

軸は細くなり、左側の面と
鼻の下の面が見える

軸と右側の面が見える
鼻の下の面も少し見える

基本はサンドイッチのような
三角柱になる

軸と左側の面が見える
鼻の下の面も少し見える

下を向くので、鼻の軸と左右のみで、鼻の下の面は見えない。

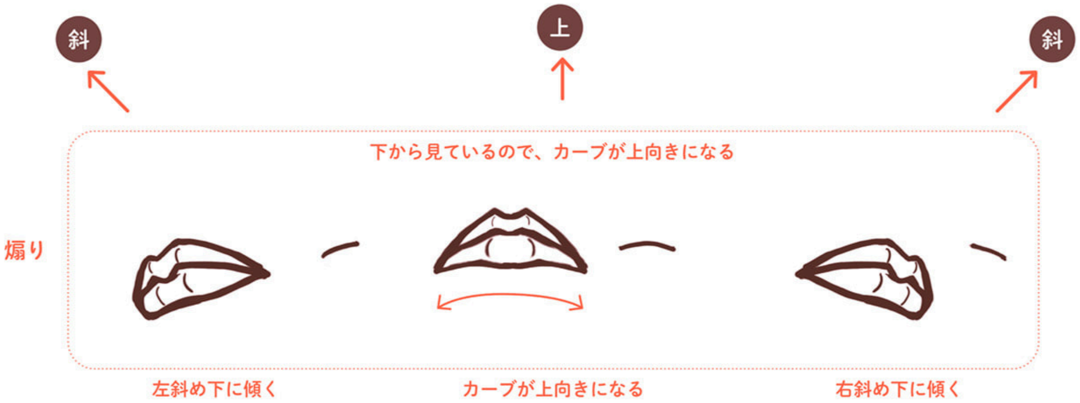
軸と右側の面が見える

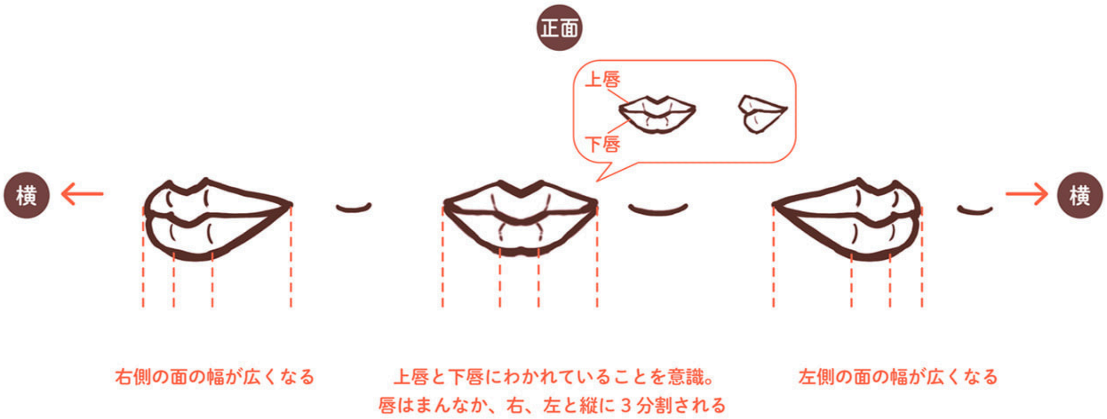
鼻を上から見ているように

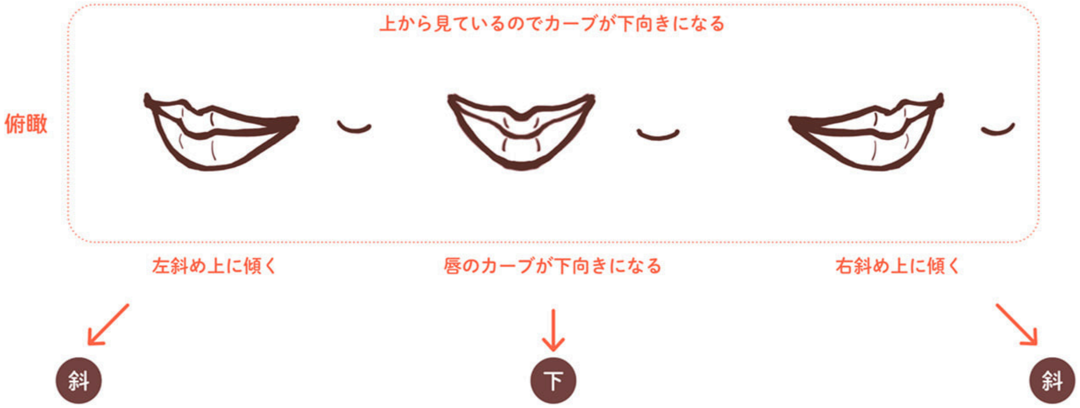
軸と左側の面が見える

口は立体的に考える

鼻同様、イラストでは簡略化して描くことが多いですが、構造を頭に入れておきましょう。
口は頭部（球体）についているので、まっすぐではなくカーブがついています。

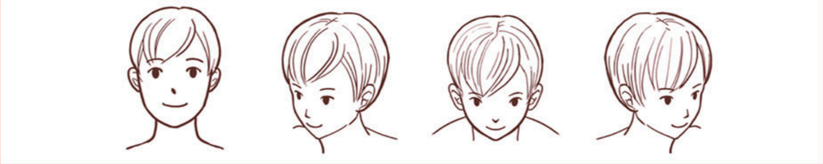

斜
上
斜
下から見ているので、カーブが上向きになる
煽り
左斜め下に傾く
カーブが上向きになる
右斜め下に傾く


正面
上唇
下唇
横
横
右側の面の幅が広くなる
上唇と下唇にわかれていることを意識。
唇はまんなか、右、左と縦に3分割される
左側の面の幅が広くなる


上から見ているのでカーブが下向きになる
俯瞰
左斜め上に傾く
唇のカーブが下向きになる
右斜め上に傾く
斜
下
斜

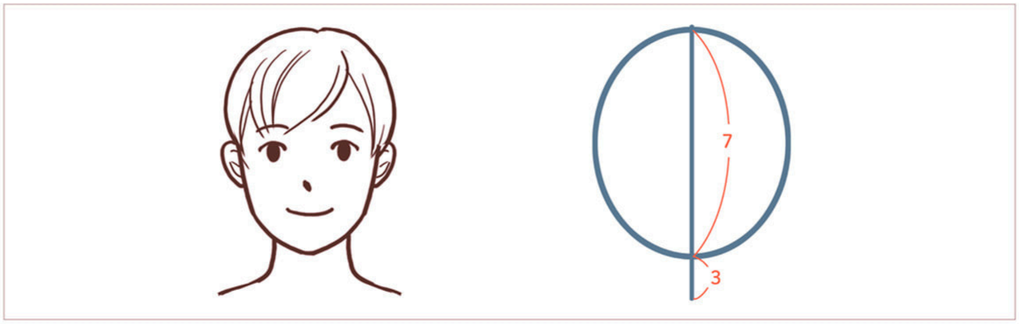
俯瞰（ふかん）を描く

p.70 から学んできた角度のページを参考に、実際に俯瞰の顔を描いてみましょう。慣れてきたら、ほかの角度でも練習をしてみましょう。



正面の俯瞰

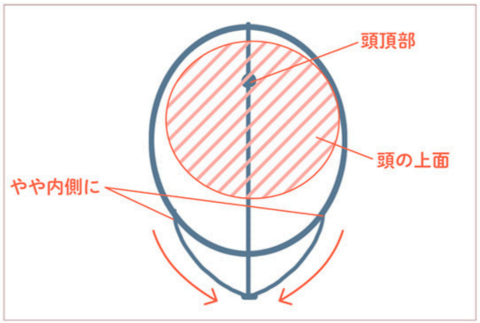
アタリ（下描きの線）を描く



1

中心線を最初に描き、中心線の 7 割程度の長さに楕円を描く。

正面の顔をとなりに描いておくと、顔や髪のバランスが大きく崩れないように見比べることができるよ。

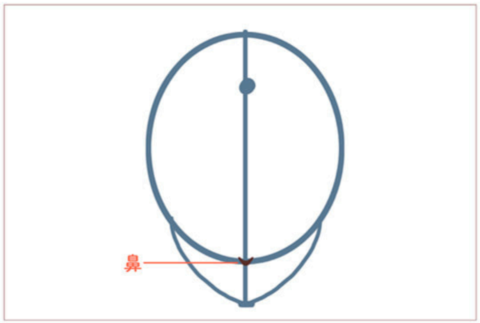


2

円の下部の中心線の端に向かって線を描く。中心線の上のほうに頭頂部の位置を記しておく。

上から見ているので、頭の上面が見える。全体の半分くらいが髪の部分になることを意識。

鼻を描く

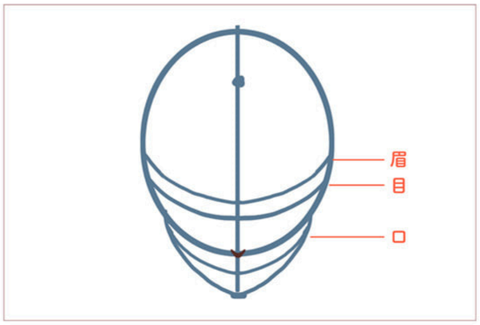


3

実際の線を描く。中心線と楕円が交わるところに、鼻を下向きのカーブで描く。

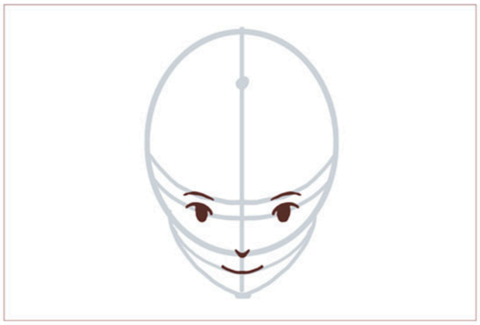
顔については「角度で顔のパーツは変化する」（p.76）を参考にしよう。

顔のパーツのアタリを描く



4 眉、目、口のアタリを曲線で描く。正面の顔に比べて、全体的にパーツが下に寄る。パーツどうしの上下の距離が短くなり、曲線の下向きのカーブが強くなる。

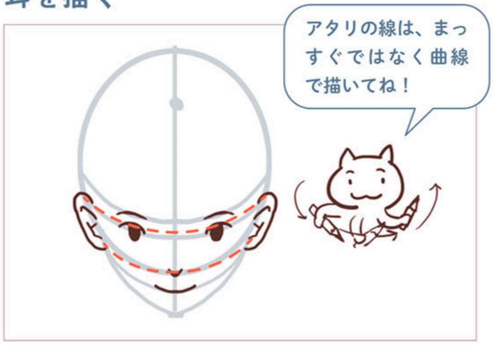
顔のパーツを描く



5 4の線上に、実際の線で眉、目、口を描く。

左右対称に描こう。

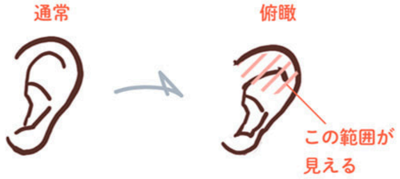
耳を描く


アタリの線は、まっすぐではなく曲線で描いてね！

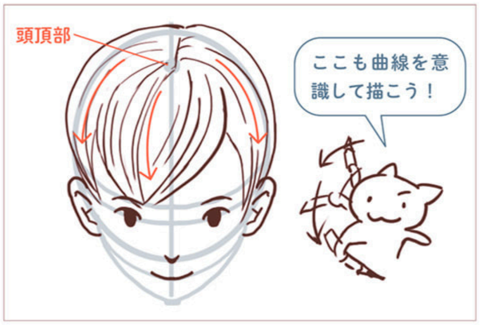
6 上まぶたと鼻の幅にあわせて耳を描く。

Point ポイント

俯瞰なので、球体を上から見ていることになり、耳は上部を見下ろすことになる。

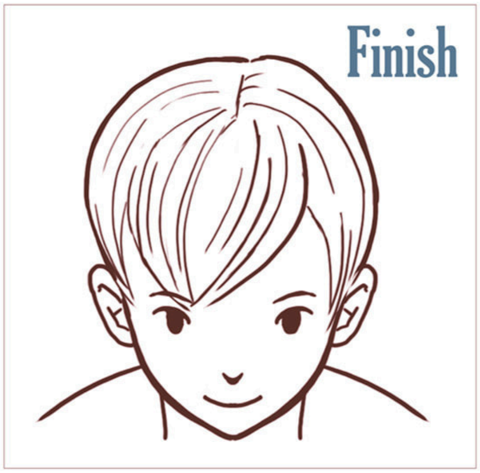

通常
俯瞰
この範囲が見える

全体を整える


頭頂部
ここも曲線を意識して描こう！

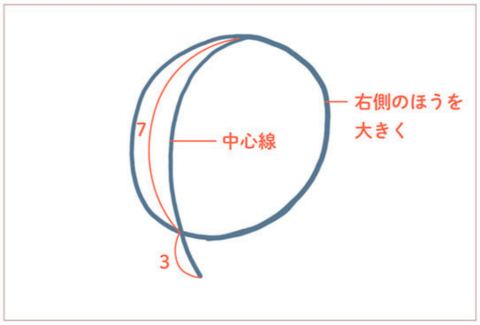
7 頭部は球体であることを意識しつつ、頭頂部を起点にして髪を描く。輪かくなどを描いて、整える。

頭より少し大きめに、髪にボリュームをもたせる。



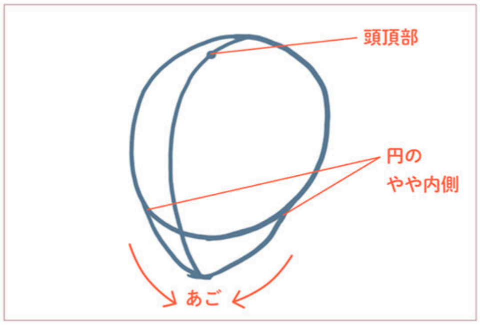
左斜め下の俯瞰

アタリ（下描きの線）を描く


右側のほうを大きく
7
中心線
3

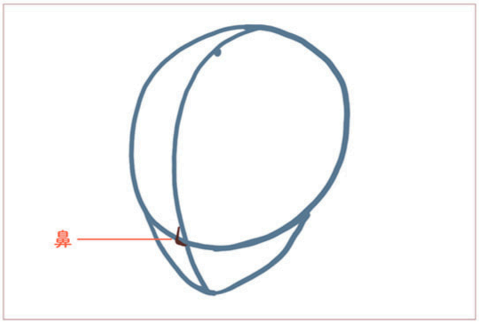
1 中心線を左向きの曲線で描く。中心線の7割程度の長さに楕円を描く。

正面の顔をとなりに描いておくと、バランスをとりやすい。


頭頂部
円のやや内側
あご

2 円の下部から中心線の下に向かって線を描く。ここがあごになる。中心線の上のほうに頭頂部の位置を決める。

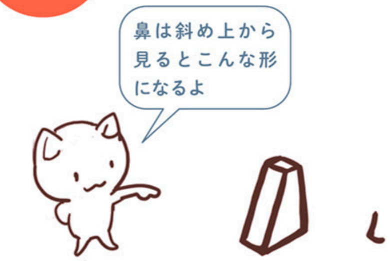
鼻を描く



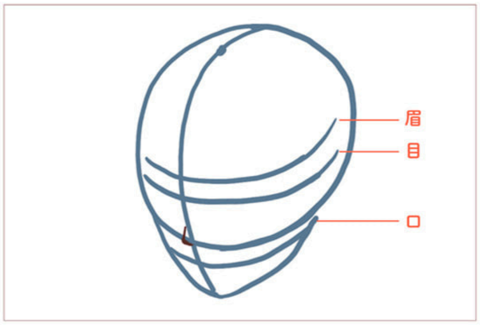
3 実際の線を描く。左向きの鼻を描く。

Point ポイント

円と中心線がまじわるところに鼻を描く。上から見ているので、下の面は見えなくなる。

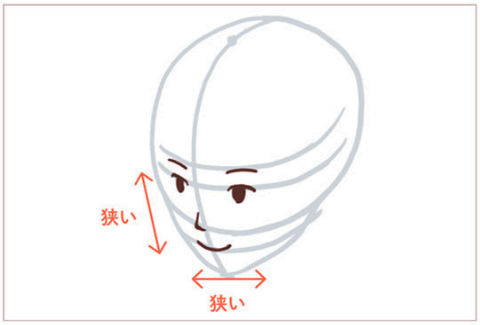

鼻は斜め上から見るとこんな形になるよ

顔のパーツのアタリを描く



4 眉、目、口のアタリを曲線で描く。正面の顔に比べて、全体的にパーツは左下に集まるので、下向き。左側のカーブが強くなる。

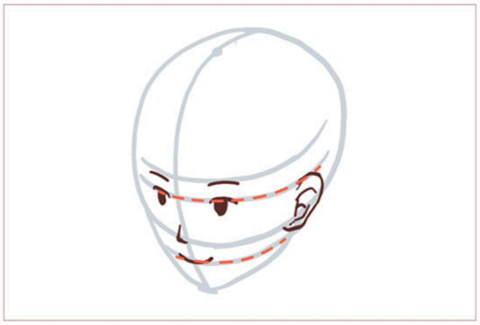
顔のパーツを描く



5 4のアタリ線上に、実際の線で眉、目、口を描く。

顔のパーツが左下に集まったことにより、パーツどうしの上下左右の距離が狭くなる。

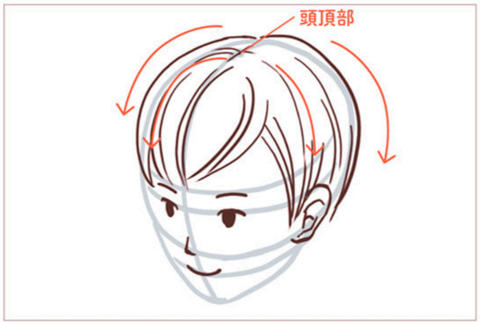
耳を描く



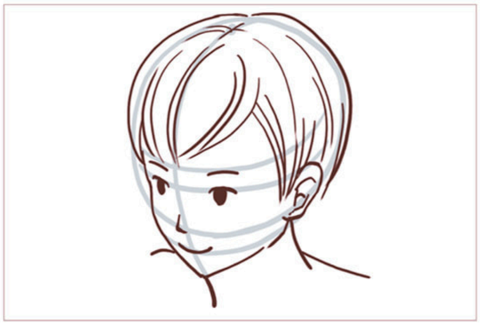
6 まぶたと鼻の位置に、アタリを曲線で描く。その幅にあわせて耳を描く。

顔のパーツが左に寄ったように、耳の位置もアタリの円周上ではなく左寄りになる。

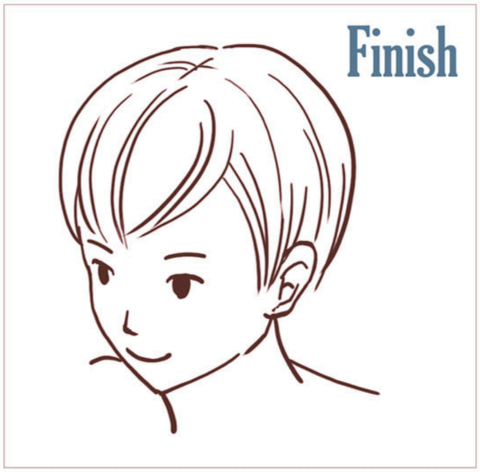
全体を整える



7 頭が球体だということを意識しつつ、頭頂部を起点にして髪を描く。

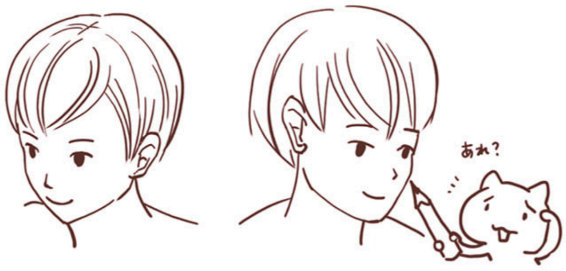


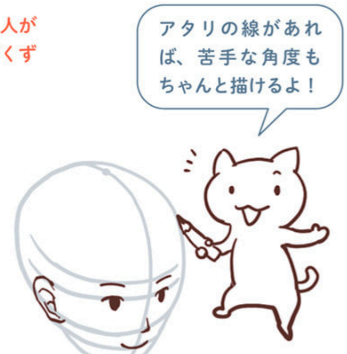
8 輪かくと首を描く。



Point
ポイント

右利きの人だと、右向きよりも左向きのほうが描きやすいという人が多いのでは？ 斜め下の俯瞰も同様に、右向きになるとバランスがくずれがち。アタリの線を描く習慣を身につけ、ていねいに描こう。

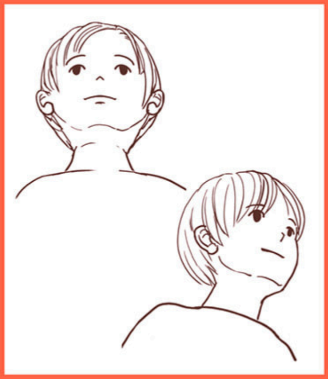



アタリの線があれば、苦手な角度もちゃんと描けるよ！

角度

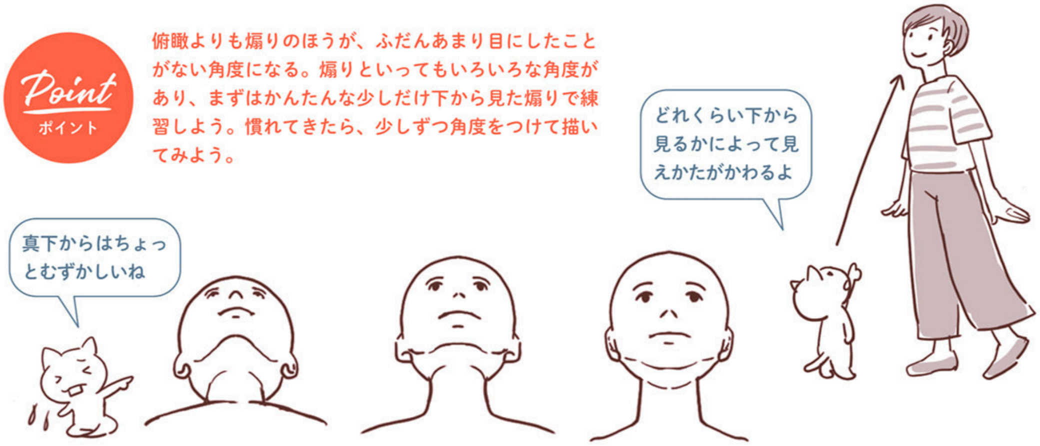
煽（あお）りを描く

煽（あお）りになると下から顔を見上げた角度になるので、あご下や、鼻の下の面など、下向きの面が見えます。p.70 から学んできた角度のページも参考にして、練習しましょう。



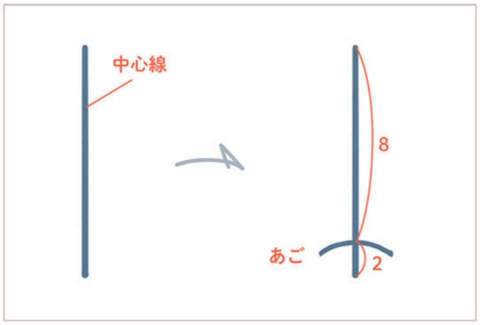
Point ポイント

俯瞰よりも煽りのほうが、ふだんあまり目にしたことがない角度になる。煽りといってもいろいろな角度があり、まずはかんたんな少しだけ下から見た煽りで練習しよう。慣れてきたら、少しずつ角度をつけて描いてみよう。


どれくらい下から見るかによって見えかたがかわるよ
真下からはちょっとむずかしいね

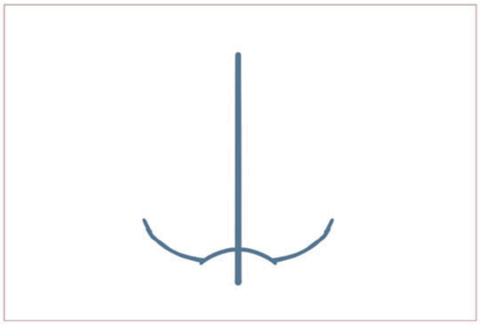
正面の煽り

アタリ（下描きの線）を描く



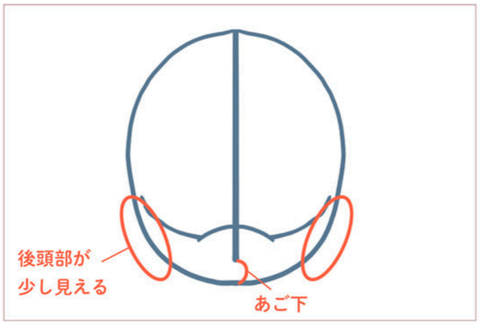
1 中心線を最初に描き、中心線の 8 割ぐらいのところに、上向きの曲線を描く。ここがあごになる。

正面の顔をとなりに描いておくと、バランスをとりやすいよ。



2 1 のあごの線の左右に、上に向けて、曲線であごを描く。

あごは下から見るとこんな形になっている。

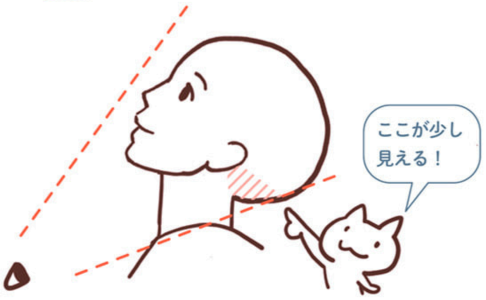

後頭部が少し見える
あご下

3 あご下になる部分を少しあけて、楕円を描く。

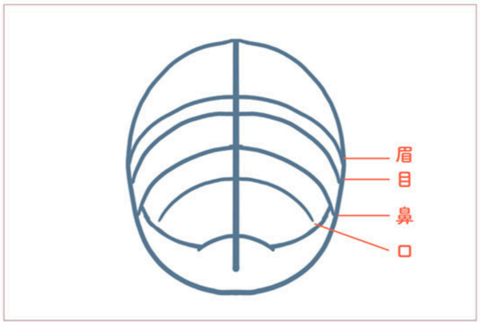
中心線を軸に左右対称になるように。

Point ポイント

下から顔を見ると、後頭部の下部が少し見える。

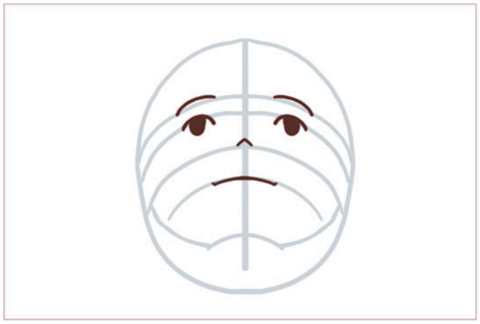


顔のパーツのアタリを描く



4 眉、目、鼻、口のアタリを上向きの曲線で描く。正面の顔に比べて、奥にいくほど線の幅が狭くなる。

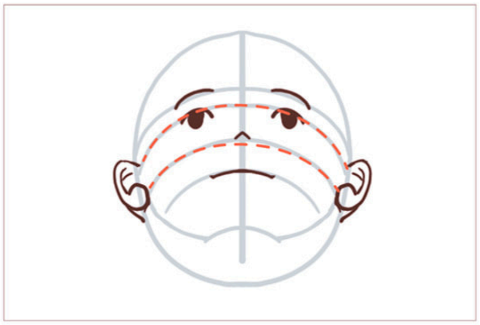
顔のパーツを描く



5 4のアタリの線上に、実際の線で眉、目、鼻、口を描く。

顔については「角度で顔のパーツは変化する」（p.76）を参考にしよう。

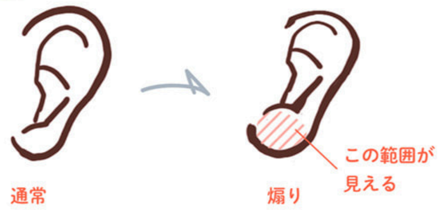
耳を描く



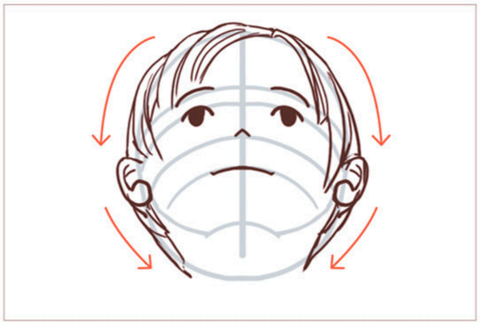
6 まぶたと鼻の間に耳を描く。

Point ポイント

煽りなので、球体を下から見ていることになり、耳は下部を見上げることになる。


通常
煽り
この範囲が見える

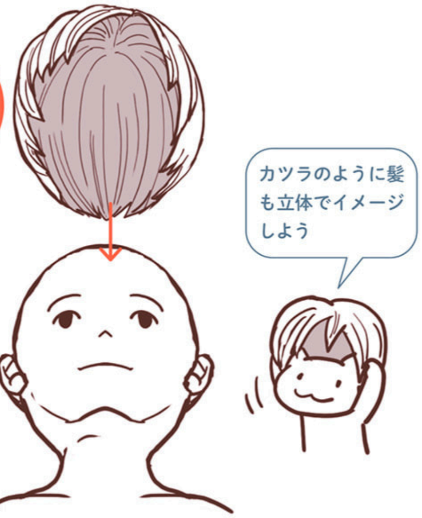
全体を整える

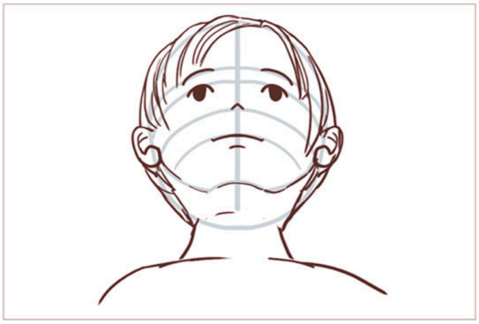


7 頭が球体だということを意識しつつ髪を描く。

後頭部の髪も忘れずに描く。頭頂部やわけ目は見えないが、奥から手前に向かってくるイメージで髪を描く。

Point
ポイント


カツラのように髪も立体でイメージしよう

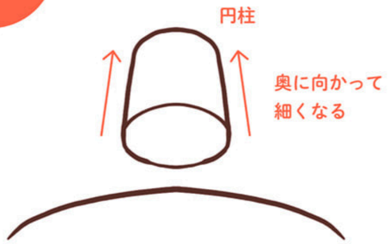


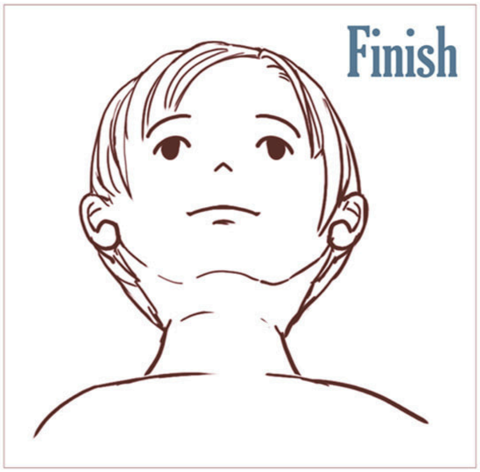
8 輪かくと首を描く。

肩も描くとわかりやすい。

Point
ポイント

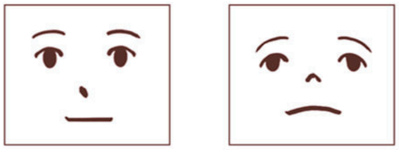
首の形は円柱をイメージしよう。肩はなだらかなカーブになるよ。


円柱
奥に向かって細くなる



Point
ポイント

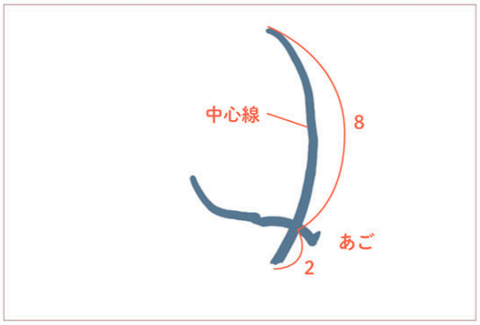
頭部が上を向くことで、パーツの形もかなり違って見える。



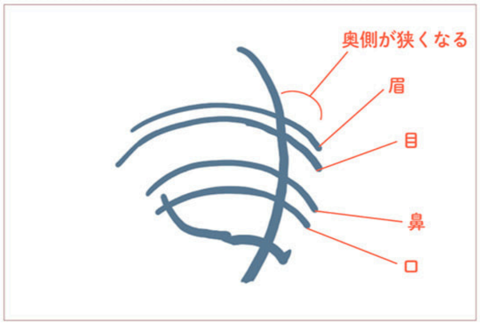
顔の曲線が上を向くからだね！

右斜め上の俯瞰

アタリ（下描きの線）を描く



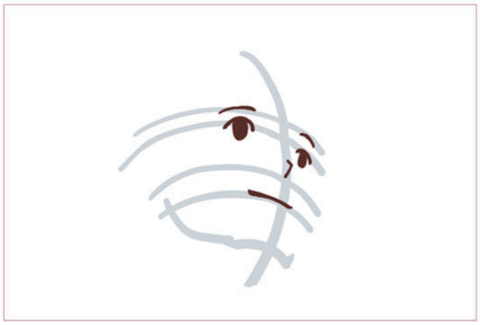
1 中心線を最初に描き、中心線の８割ぐらいのところに、曲線を描く。ここがあごになる。


奥側が狭くなる
眉
目
鼻
口

2 眉、目、鼻、口のアタリを曲線で描く。上向きの曲線で、奥側に向かってカーブが強くなる。

正面の顔を参考に、それぞれの位置を考えて描く。

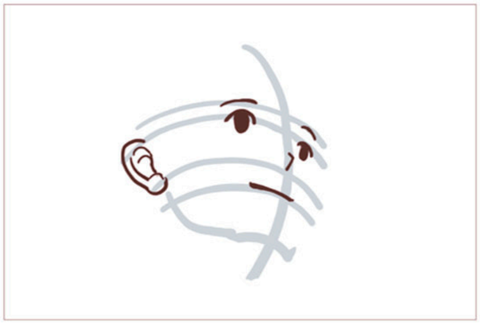
顔のパーツのアタリを描く



3 2のアタリの線上に、実際の線で眉、目、鼻、口を描く。

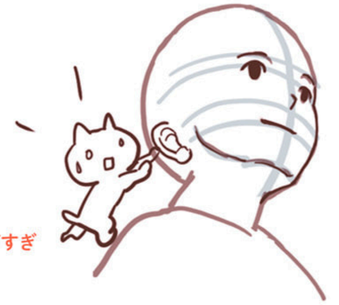
顔については「角度で顔のパーツは変化する」（p.76）を参考にしよう。

耳を描く

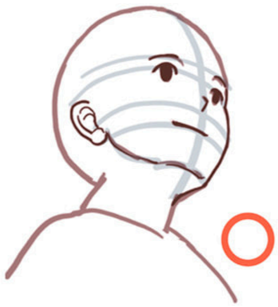


4 まぶたと鼻の間に左側の耳を描く。

Point ポイント 耳はまっすぐではなく、左斜めにつく。



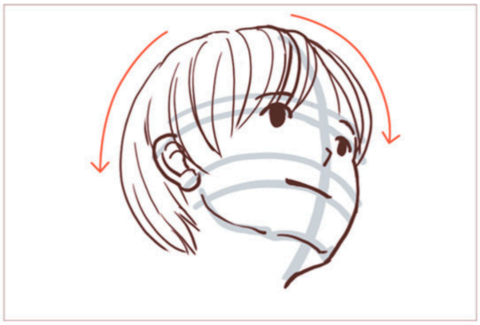
✕ 耳が下すぎ



○ あごの延長線上に耳がある

煽りの斜めの顔はむずかしいけど、ポイントをおさえれば大丈夫。気負いすぎずにチャレンジしよう！

全体を整える

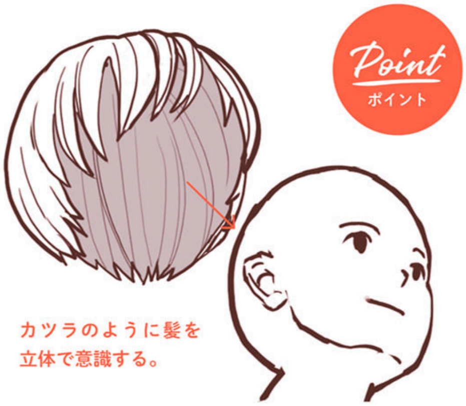


5

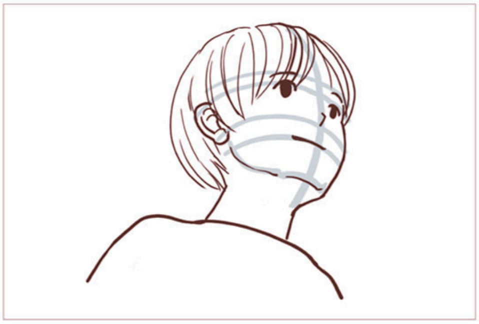
頭が球体だということを意識しつつ髪を描く。

頭頂部やわけ目は見えないが、奥から手前に向かってくるイメージで髪を描く。

Point
ポイント



カツラのように髪を
立体で意識する。

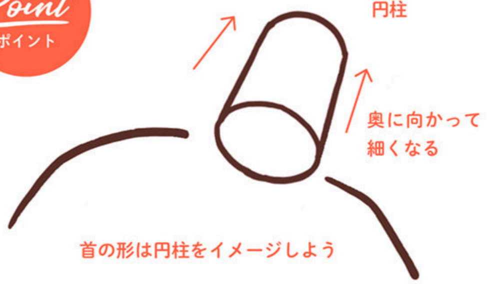


6

輪かくと首を描く。

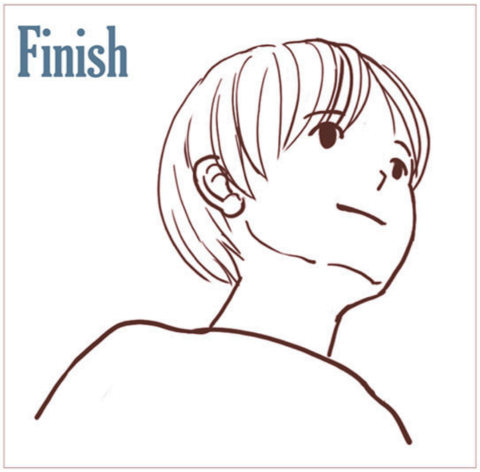
肩も描くとわかりやすい。

Point
ポイント


円柱
奥に向かって
細くなる

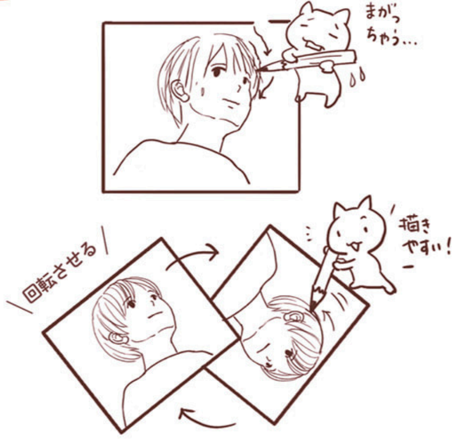
首の形は円柱をイメージしよう

Finish



Point
ポイント

髪やパーツなど、頭の角度にそってうまく描けない場合は、紙（画面）を描きやすい方向に回してみよう。


まがっちゃう…
回転させる
描きやすい！

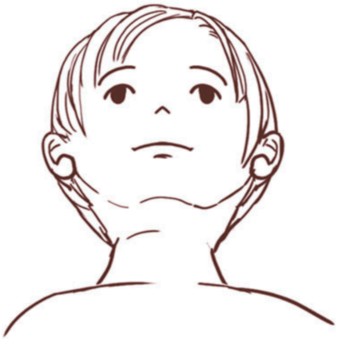
Point ポイント

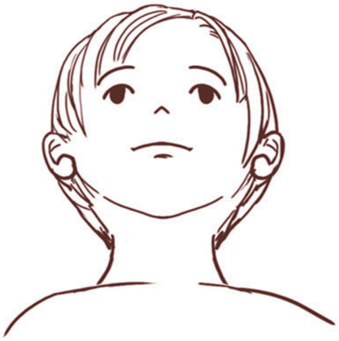
角度のある顔を正確に描こうとすると、ごちゃごちゃしたり、生々しすぎたりすることも。そんなときは線を簡略化してOK。角度によってかわるパーツの見えかたや位置を無視してしまうと、遠近感がなくなってバランスが悪く見えるから注意。

△ ちょっとリアルすぎ？

○ あごの線を単純にしても、ちゃんと上を向いているように見える

煽りのイラストを描くときは、あご下を細かく描くとリアルに見えすぎてしまうことも。あご先の角度をなだらかにして、パーツを上のほうに寄せるだけで表現してみよう。



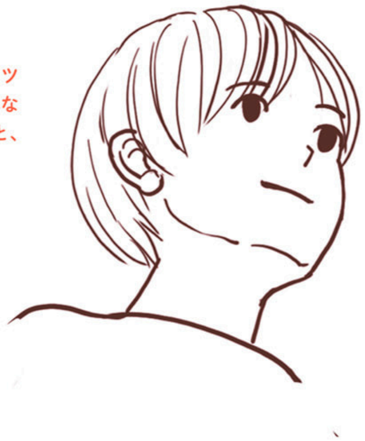


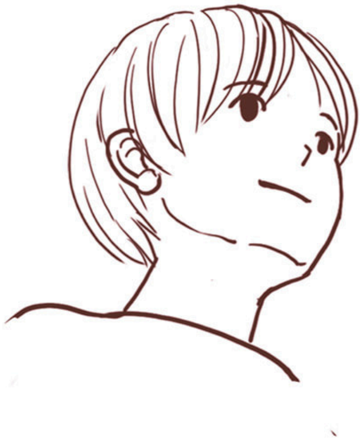
同じようなアングルの、写真とイラストを見比べてみよう。
どこを簡略化しているのか研究してみてね

× 顔がゆがんで見える

○ 奥にいくほど小さくなる

奥にいくほど、顔のパーツが小さく見えるのを忘れないで。同じ大きさにすると、顔がゆがんで見える。





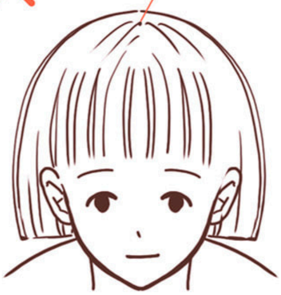
Let's practice!

描いて練習しよう

「俯瞰を描く」（p.80）と「煽りを描く」（p.84）の総復習です。
正しい角度を意識して、練習をしましょう。

正面の俯瞰

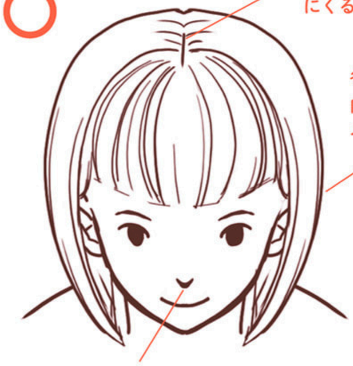
✕



頭の頂点が後ろすぎる

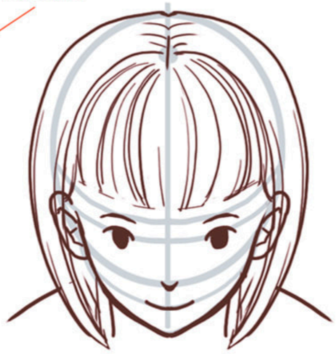
各パーツの見えかたがおかしい

○



頭の頂点が少し手前にくるように

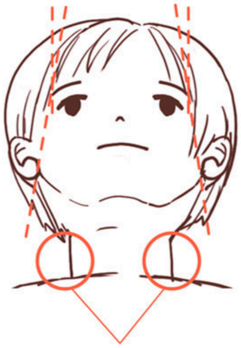
鼻が下向きになるように描く



各パーツが下向きの曲線にそうように

正面の煽り

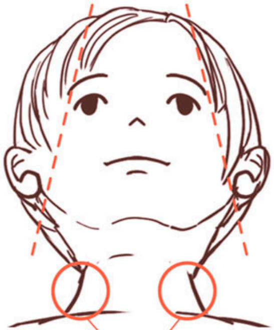
✕



目の位置が左右に離れすぎている

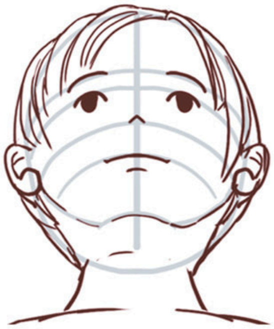
首の線がまっすぐになっている

○



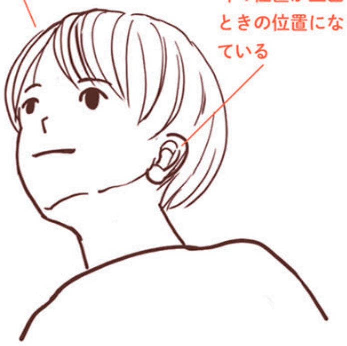
頭部や目の幅を奥に向かって狭くする

首は奥に向かって細く

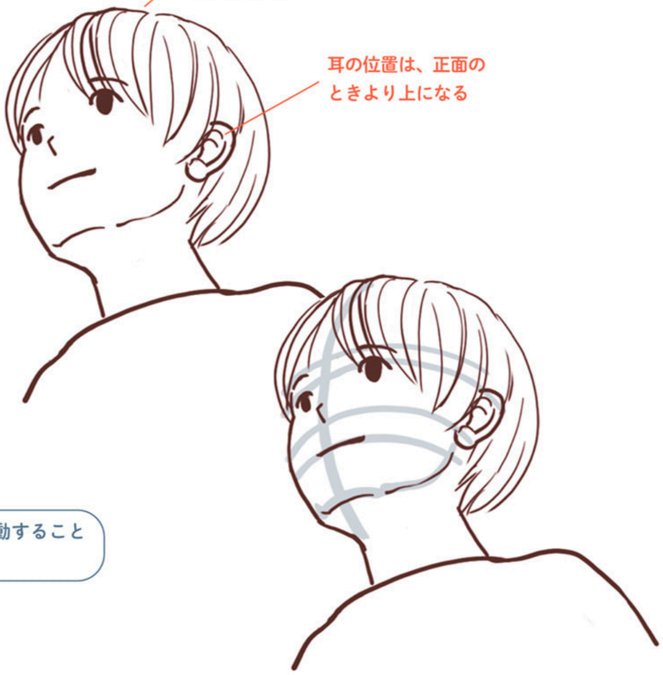


斜め上の煽り

✕


各パーツの位置がアタリの線にそっていない
耳の位置が正面のときの位置になっている

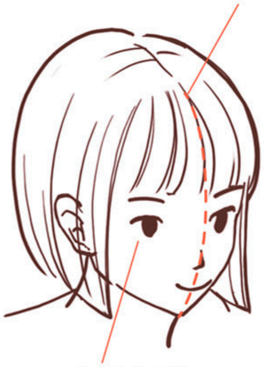
○


各パーツが斜め上向きの曲線にそうようにする
耳の位置は、正面のときより上になる

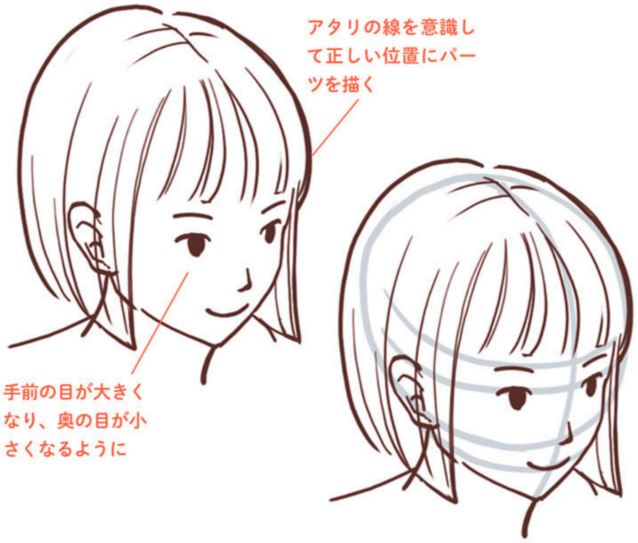
耳の位置が移動することも忘れずにね

斜め下の俯瞰

✕


中心線に対してパーツの位置がおかしい
目の大きさが左右同じ

○


アタリの線を意識して正しい位置にパーツを描く
手前の目が大きくなり、奥の目が小さくなるように

Lesson 1
顔を描く

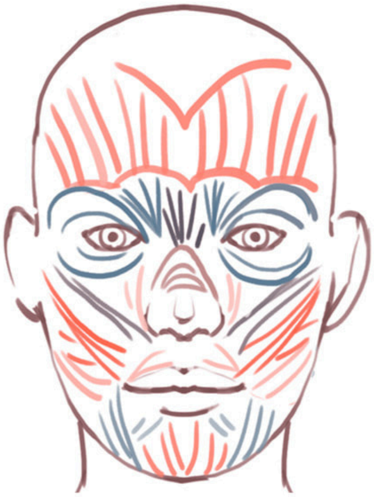
表情

基本をチェックしよう

人物の顔を描けるようになったら、表情をプラス。笑顔、泣き顔などバリエーションを広げましょう。とくに、目と口の役割は重要です。いろいろと組み合わせて豊かな表情を目指しましょう。

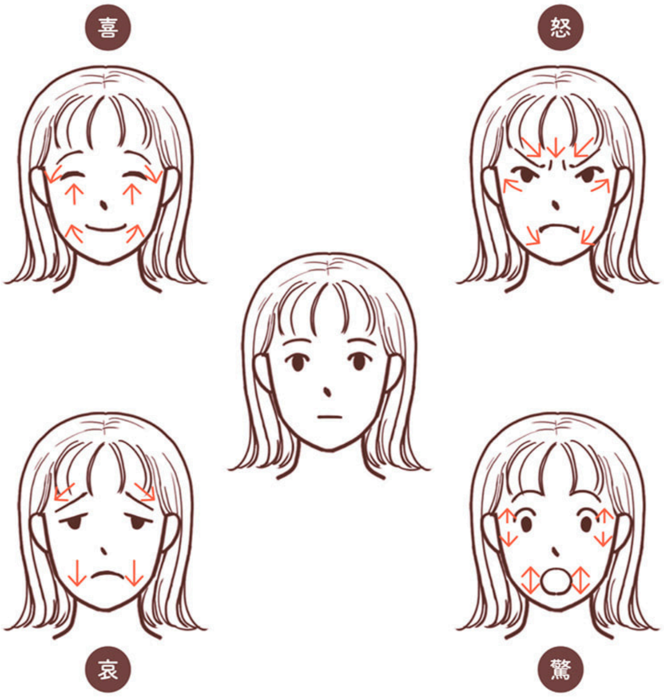
顔の筋肉から表情が生まれる

顔には目・鼻・口などを動かす筋肉がたくさんあり、それらが連動して微妙な動きを生みだします。とくに表情の変化は、目と口のまわりの筋肉がおもに動くことでつくられます。



感情によってどの筋肉が動く？

怒っているときは、筋肉は顔の外と内にのび、にこっと笑うと口の横の筋肉が上に向かって動きます。「喜ぶ」と「楽しむ」は表情がにているように思いますが、筋肉の動きが違います。「喜ぶ」は全体に筋肉がゆるみ、「楽しむ」はもちあがるのです。それぞれの感情によって筋肉がどう動くのか理解すると、自然な表情づくりができますよ。

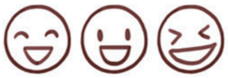


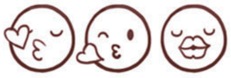
目と口で表現しよう

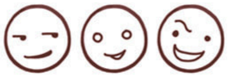
重要なのは目（眉）と口。ここのまわりの筋肉が動くことで、豊かな表情が生まれます。反対に鼻はほぼ動きません。これは喜び、怒りなどの感情でも基本的に同じです。

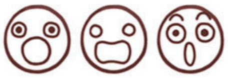
絵文字をヒントにしてみよう

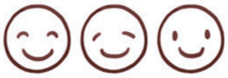
表情の練習には、絵文字の顔を活用しましょう。絵文字はとてもシンプルで、だれが見ても意味がわかるように記号化されています。どんなふうな表情を描けばいいか迷うときの参考にもなりますよ。

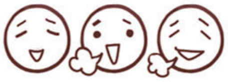

わーい

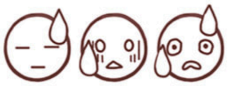

チュッ

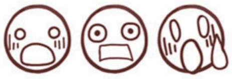

にやり

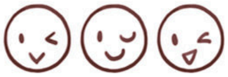

びっくり

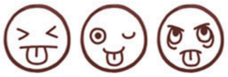

にっこり

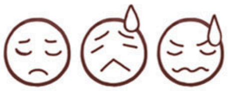

ほっ

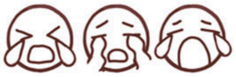

あらら

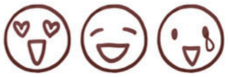

えー！

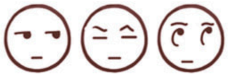

やったね

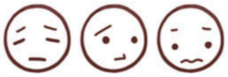

べー

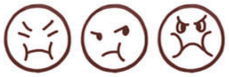

うーん


えーん


ありがとう

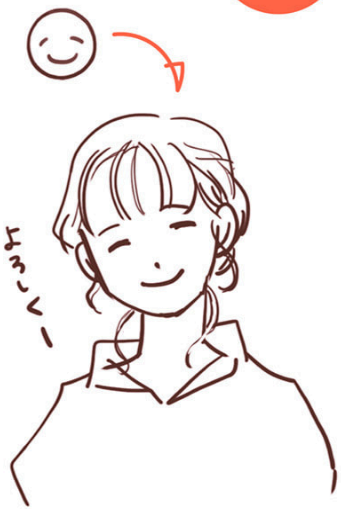

本当に？

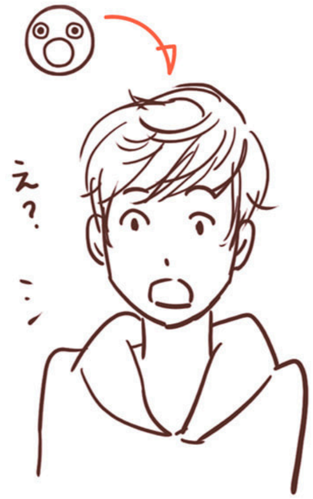

困ったね

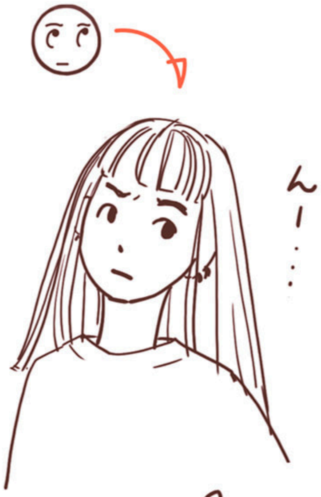

怒！

Point
ポイント

絵文字の表情をイラストにつかってみよう。



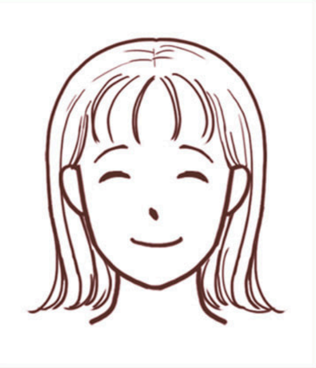




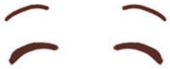
絵文字を参考に表情の練習をしよう！

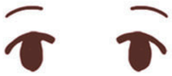
「喜」を描く

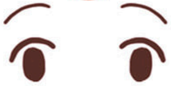
喜ぶときは筋肉がゆるむイメージです。リラックスしたとき、はにかんだとき、成功したときなど、なにに喜んでいるのか、具体的に考えて描いてみましょう。

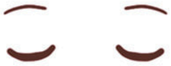


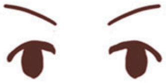
目なら…… いかにも「喜」という目だけでなく、普通の目もつかえます。

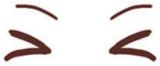
1


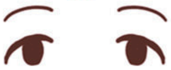
2


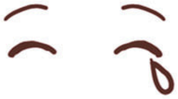
3


4


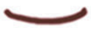
5


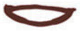
6


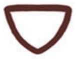
7


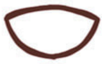
8


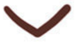
口なら…… 喜びを表現するときは、口の印象が大事。にっこりしているように描きましょう。

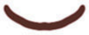
A


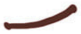
B


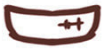
C


D


E


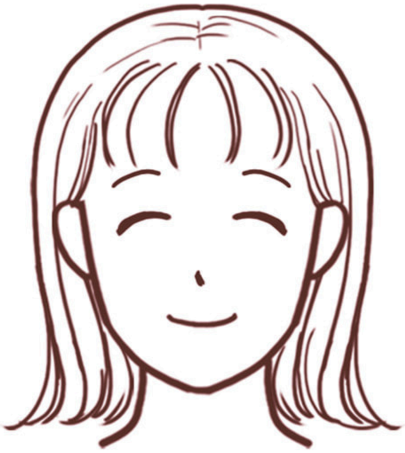
F


G


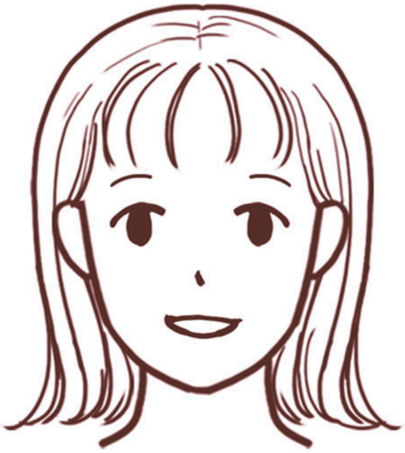
H


組み合わせてみよう

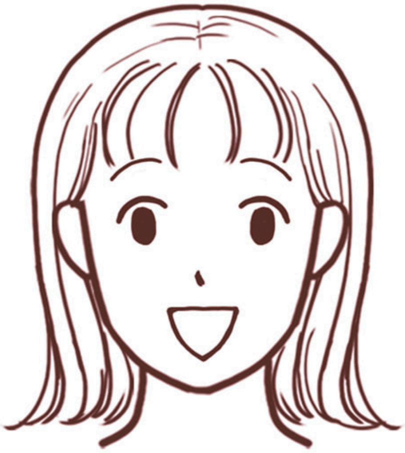
目❶＋口Ⓐ



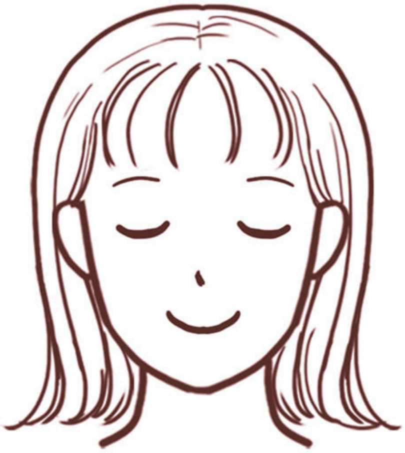
目❷＋口Ⓑ



目❸＋口Ⓒ

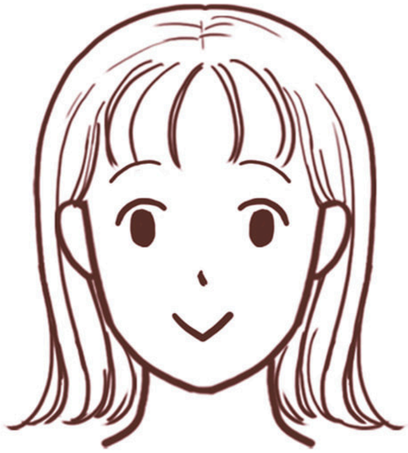


目❹＋口Ⓔ

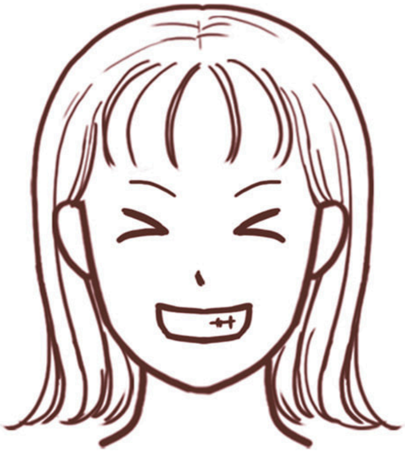


目や口だけで見ると、普通の表情のものでも、組み合わせると喜んでいたり、怒っていたりして見えるよ！

目③＋口Ⓔ

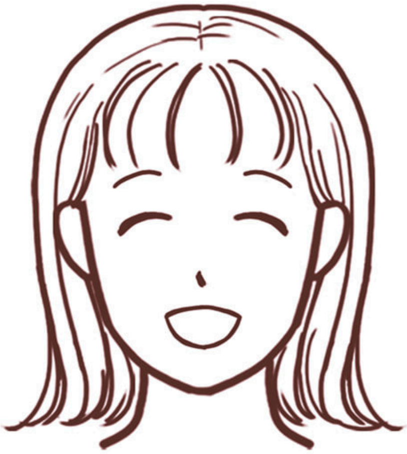


目⑥＋口Ⓗ

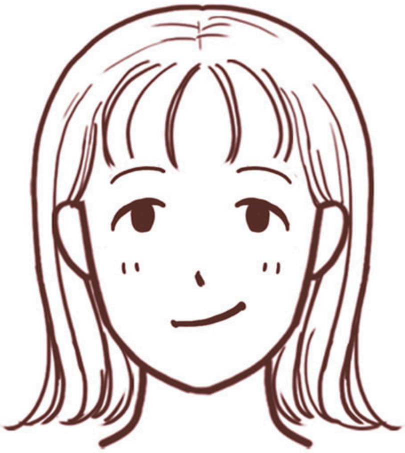


歯を見せると、元気いっぱいに見えるね

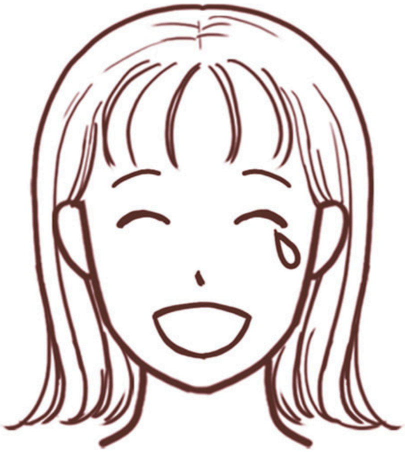
目①＋口Ⓓ



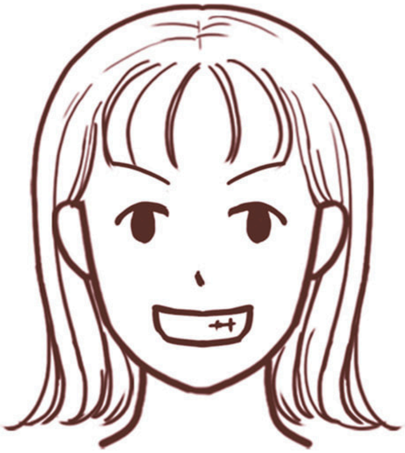
目⑦＋口Ⓖ



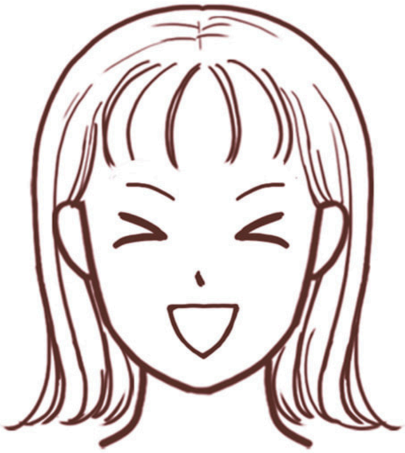
目⑧＋口Ⓓ



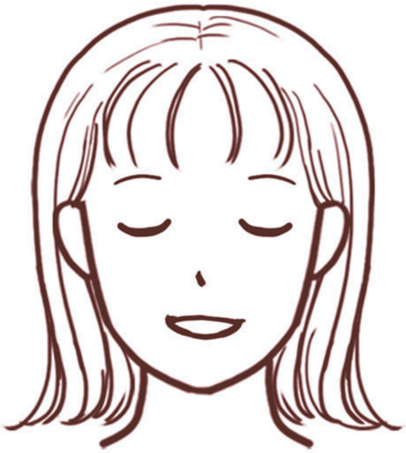
目⑤＋口Ⓗ



目⑥＋口Ⓒ



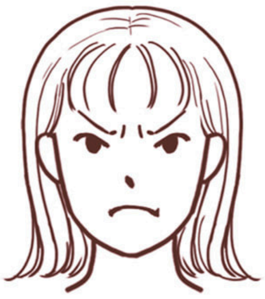
目④＋口Ⓑ



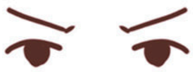
目を閉じていても、口もとで喜びを表現できるよ

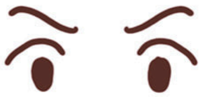
「怒」を描く

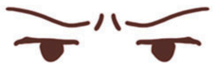
怒っているときは、表情筋が硬直するイメージです。ムッとしたとき、機嫌が悪いとき、激怒したときなど、なにに怒っているのか、具体的に考えて描きましょう。

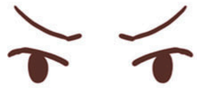


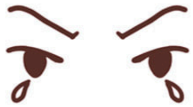
目なら…… 「目は口ほどに物をいう」というくらい、「怒」は目に出ます。

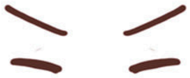
①


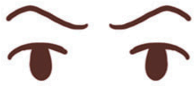
②


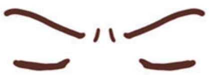
③


④


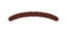
⑤


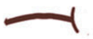
⑥


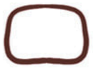
⑦


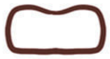
⑧


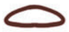
口なら…… への字の口だけでなく、口を開けたりくいしばったりさせてみましょう。

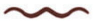
Ⓐ


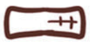
Ⓑ


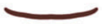
Ⓒ


Ⓓ


Ⓔ


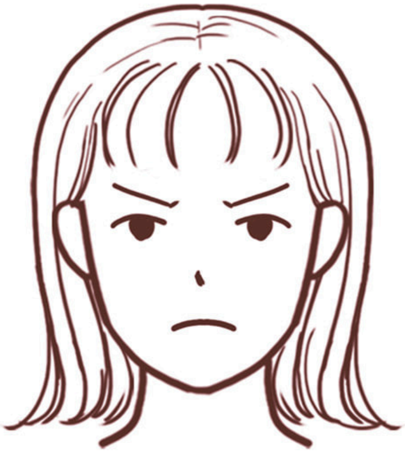
Ⓕ


Ⓖ


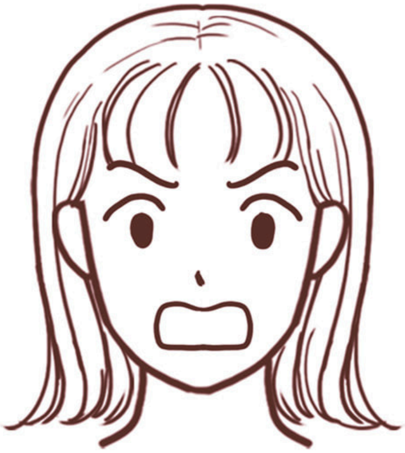
Ⓗ


組み合わせてみよう

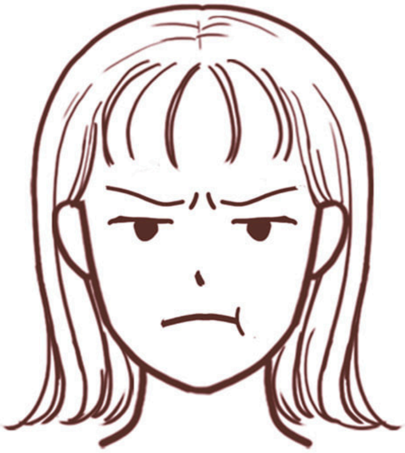
目❶＋口Ⓐ



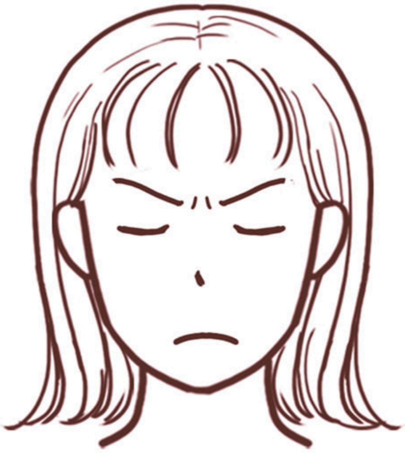
目❷＋口Ⓓ

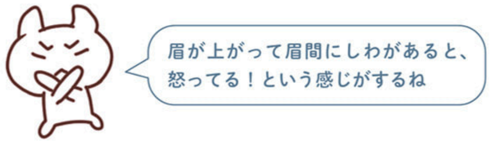


目❸＋口Ⓑ

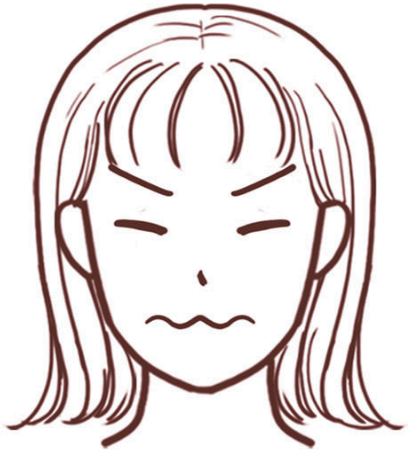


目❽＋口Ⓐ

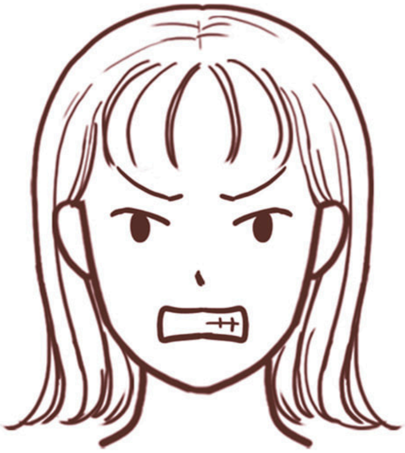



眉が上がって眉間にしわがあると、
怒ってる！という感じがするね

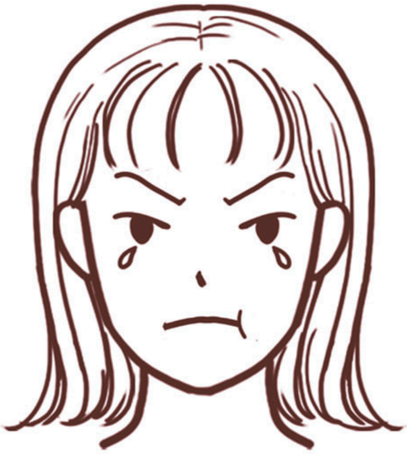
目⑥＋口Ⓕ



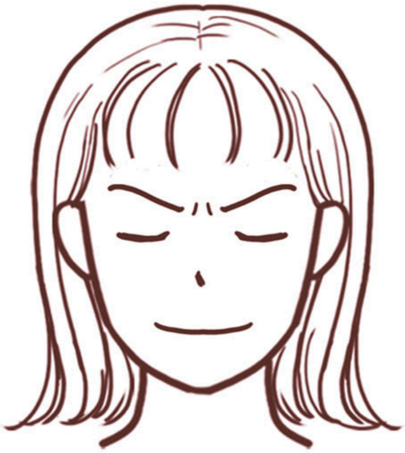
目④＋口Ⓖ

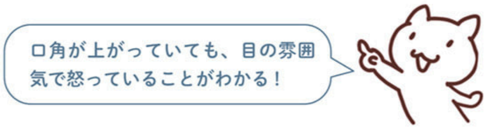


目⑤＋口Ⓑ

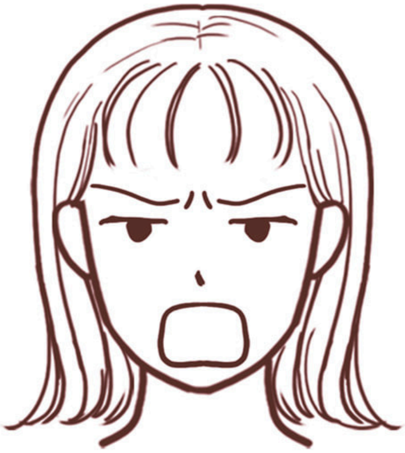


目⑧＋口Ⓗ

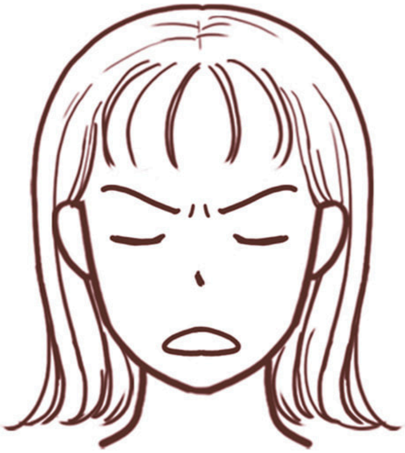



口角が上がっていても、目の雰囲気で怒っていることがわかる！

目③＋口Ⓒ

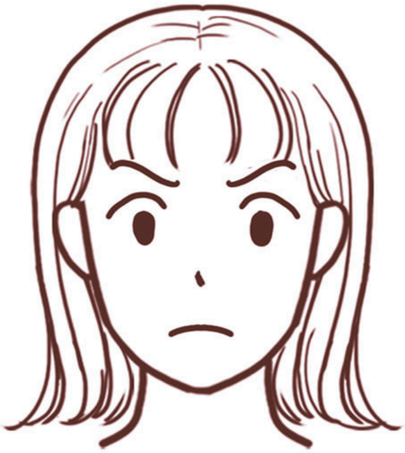


目⑧＋口Ⓔ

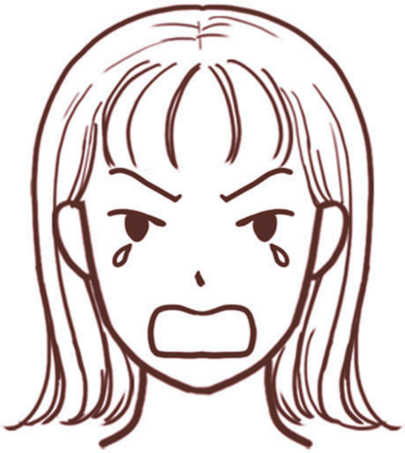


目をつぶっていても、怒っている眉が上がりがち

目②＋口Ⓐ

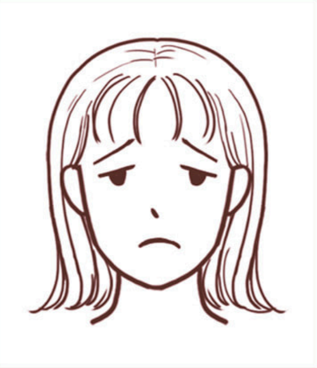


目⑤＋口Ⓓ

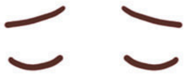


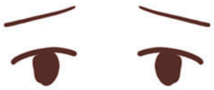
「哀」を描く

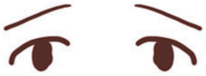
かなしいときは、表情筋が下がるイメージです。落ち込んだとき、不安なときのかなしみなど、なににかなしんでいるのか、具体的に考えて描きましょう。

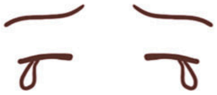


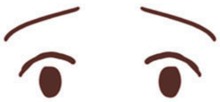
目なら…… かなしいときは、眉を下がりぎみにするとわかりやすいですね。

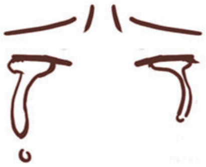
1


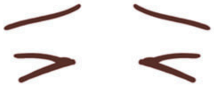
2


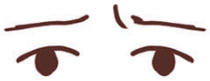
3


4


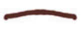
5


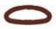
6


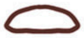
7


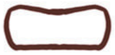
8


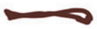
口なら…… 口の表情によって、どんなふうにかなしい気持ちなのかを表現してみましょう。

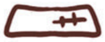
A


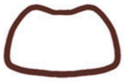
B


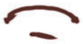
C


D


E


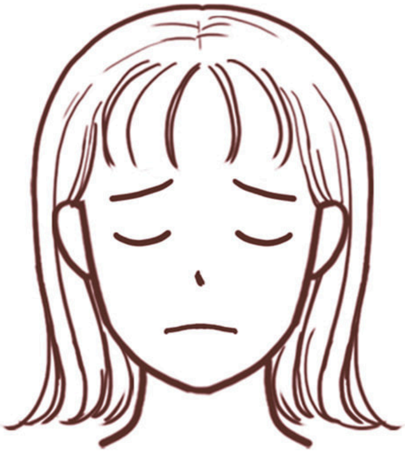
F


G


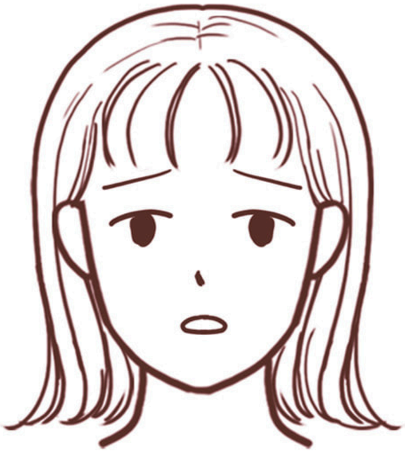
H


組み合わせてみよう

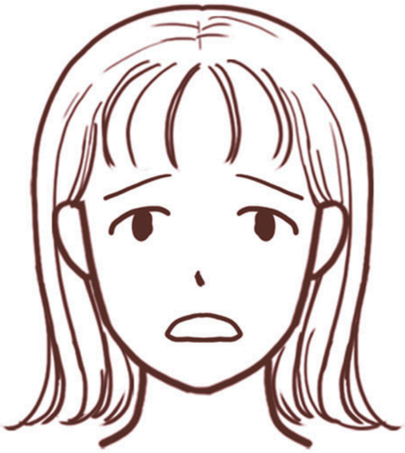
目①＋口Ⓐ



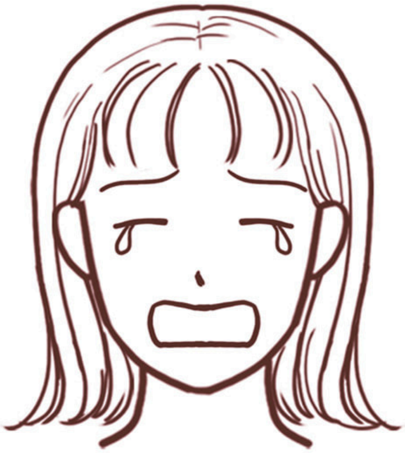
目②＋口Ⓑ



目③＋口Ⓒ

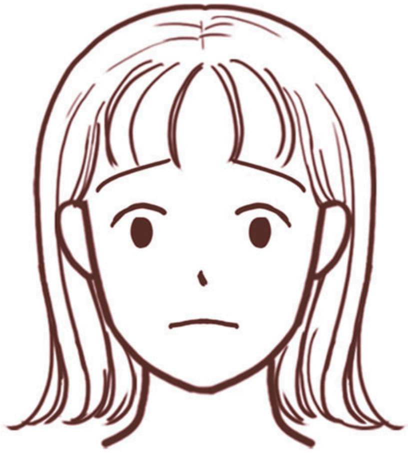


目④＋口Ⓓ

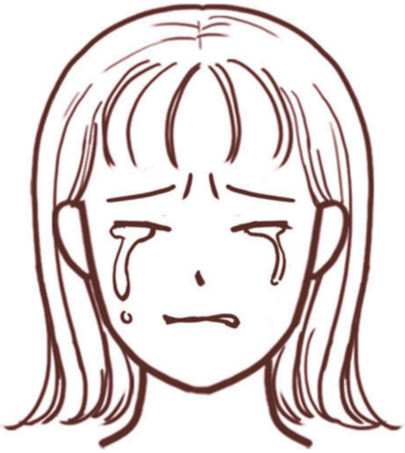


かなしいときは、だいたい
口角が下がるよ

目⑤＋口Ⓐ

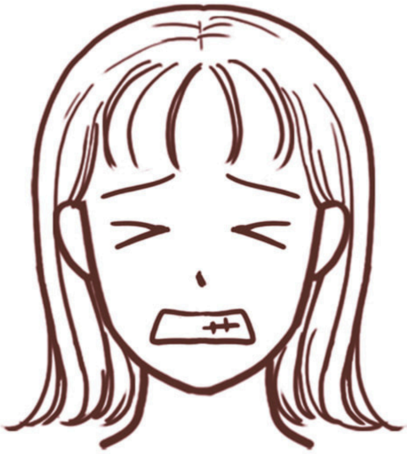


目⑥＋口Ⓔ

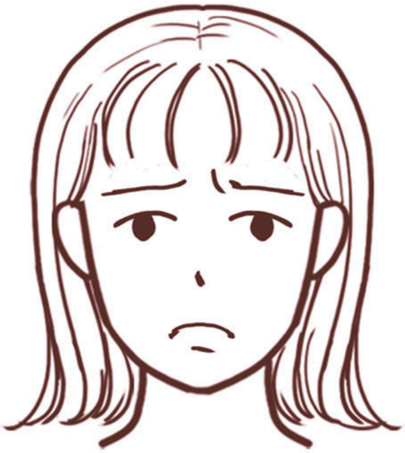


涙の量が多いと、よりかなしみが伝わってくるね

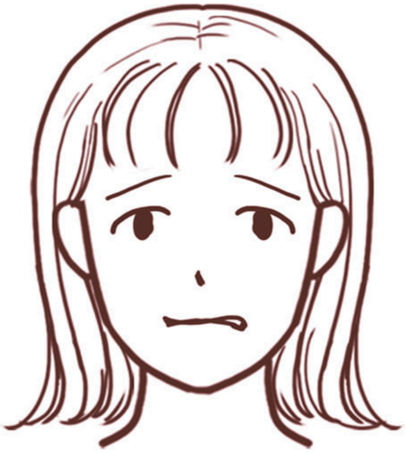
目⑦＋口Ⓕ



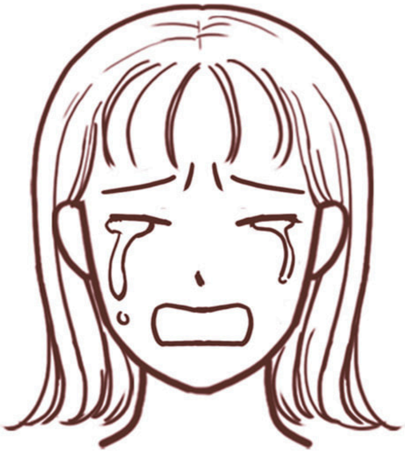
目⑧＋口Ⓗ



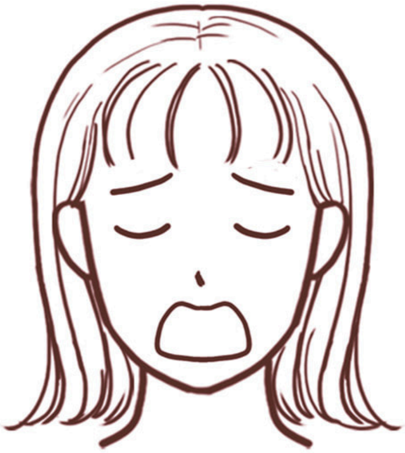
目③＋口Ⓔ



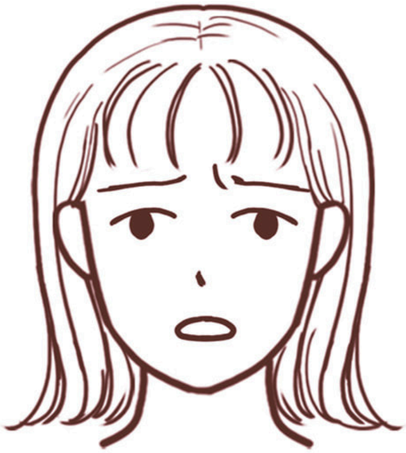
目⑥＋口Ⓓ



目①＋口Ⓖ



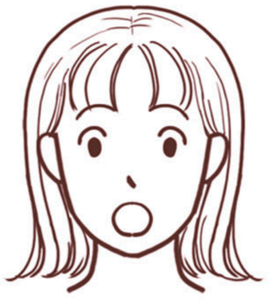
目⑧＋口Ⓑ



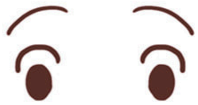
がっかりしながらかなしんでいる感じがわかるね

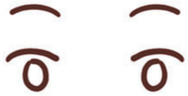
「驚」を描く

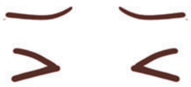
驚いたときは、表情筋が上下に広がるイメージです。驚いて怒っているとき、きょとんとしているときなど、なにに驚いているのか、具体的に考えて描きましょう。

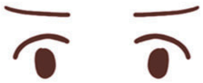


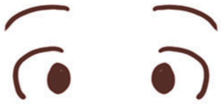
目なら…… びっくりしている、困っている、きょとんとしているなど、いろいろあります。

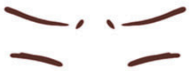
1


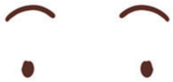
2


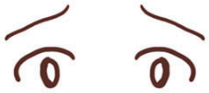
3


4


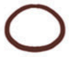
5


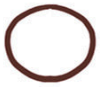
6


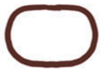
7


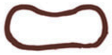
8


口なら…… 口の開きかたや大きさによって、驚きの大きさを表現してみましょう。

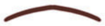
A


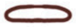
B


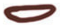
C


D


E

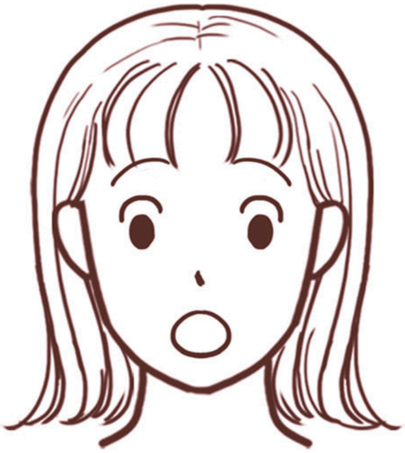
F


G


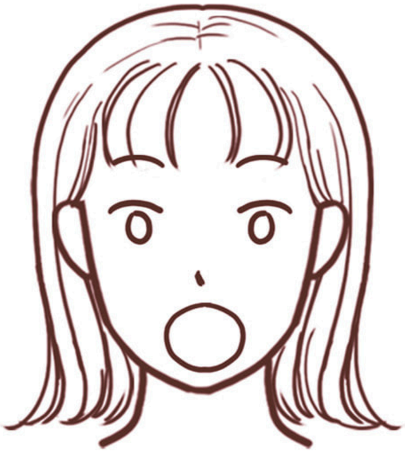
H


組み合わせてみよう

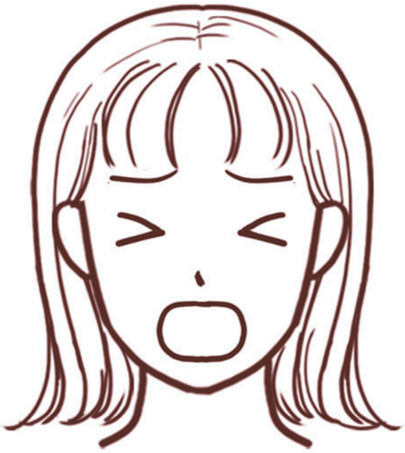
目❶＋口Ⓐ



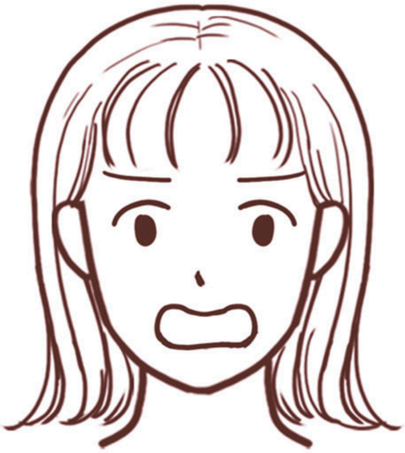
目❷＋口Ⓑ



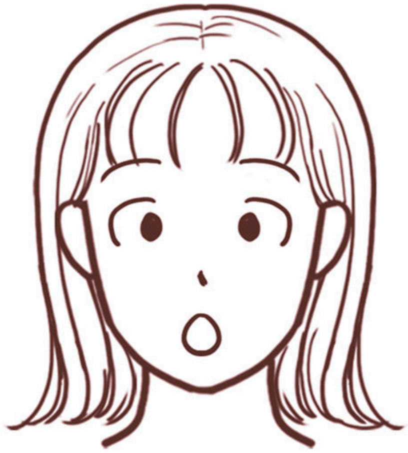
目❸＋口Ⓒ



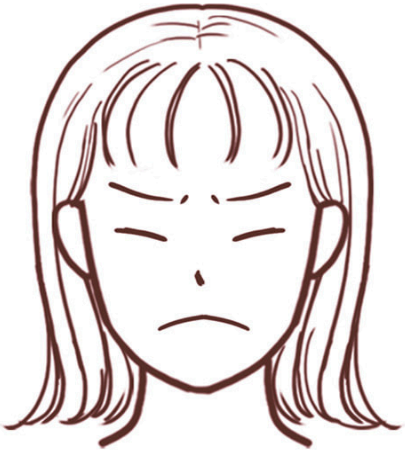
目❹＋口Ⓓ



目⑤＋口Ⓔ

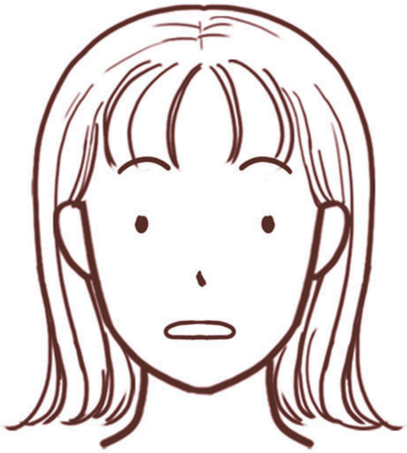


目⑥＋口Ⓕ

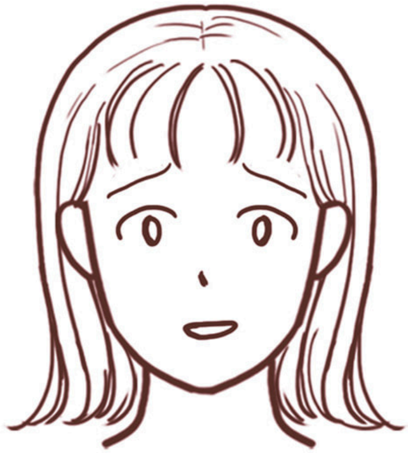


目と口の組み合わせによって、驚き具合が違って見えるね！

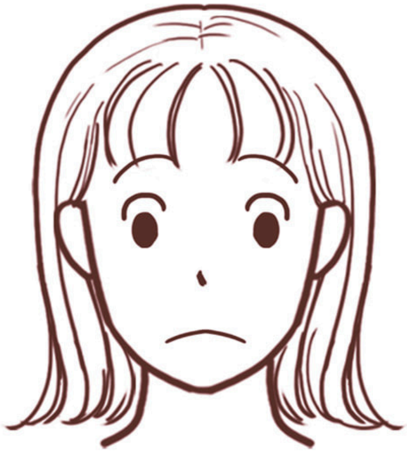
目⑦＋口Ⓖ



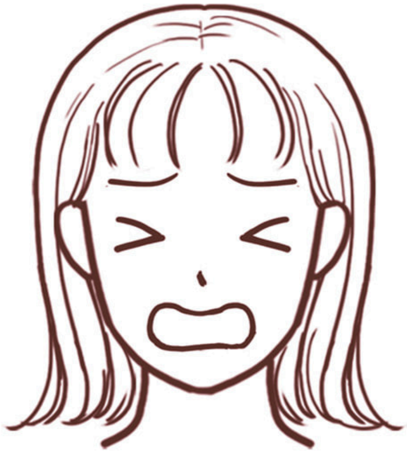
目⑧＋口Ⓗ



目 1 ＋ 口 F

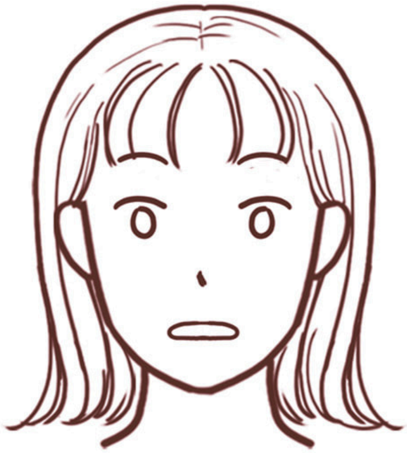


目 3 ＋ 口 D

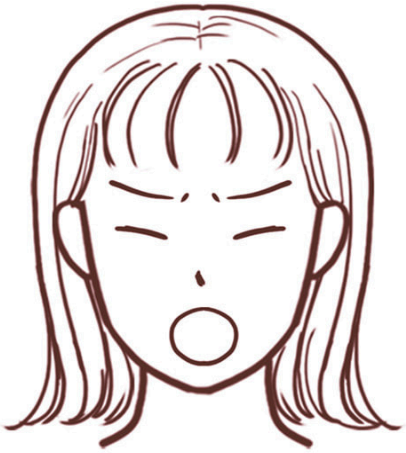


「もうやだー」「だめだー」のようにセリフも一緒に考えると、描きやすくなるよ

目 2 ＋ 口 G



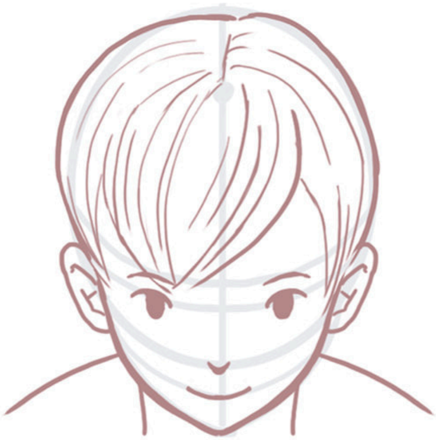
目 6 ＋ 口 B

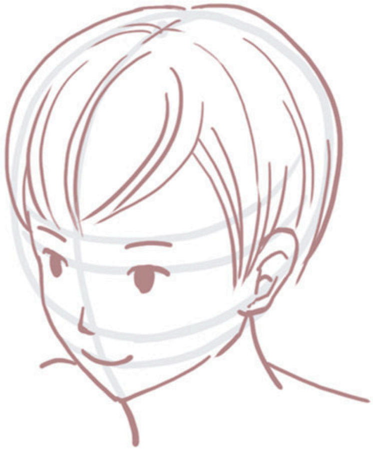


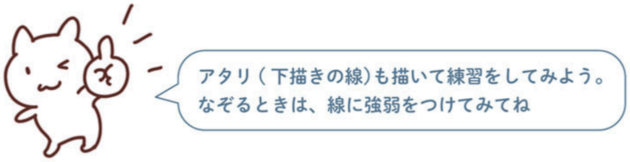
Let's practice!

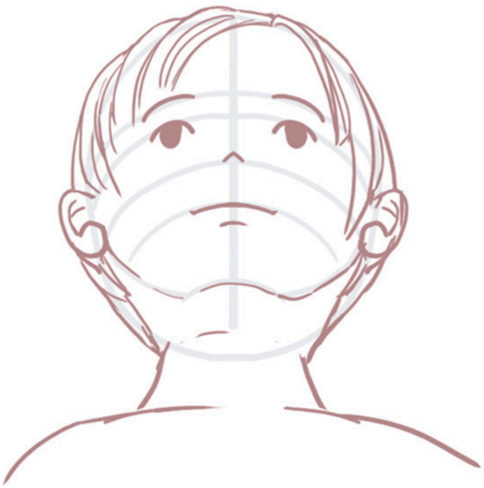
なぞって練習しよう

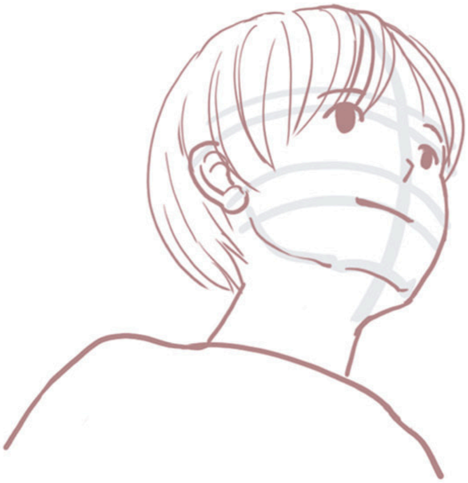
「Lesson1 顔を描く」p.80 ～ p.109 のおさらいです。
上からなぞったり、もう一度思い出して描いたりしながら練習をしましょう。

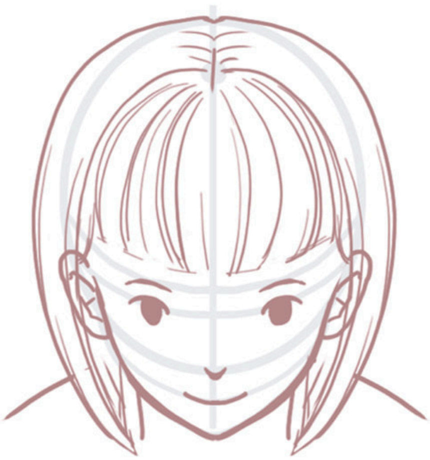


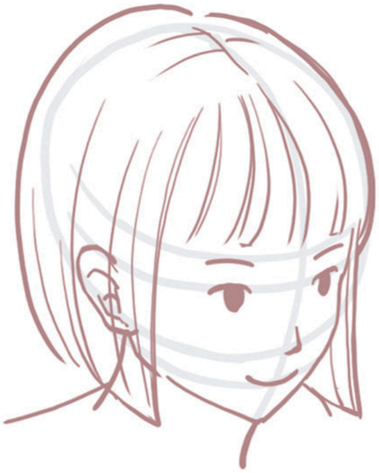


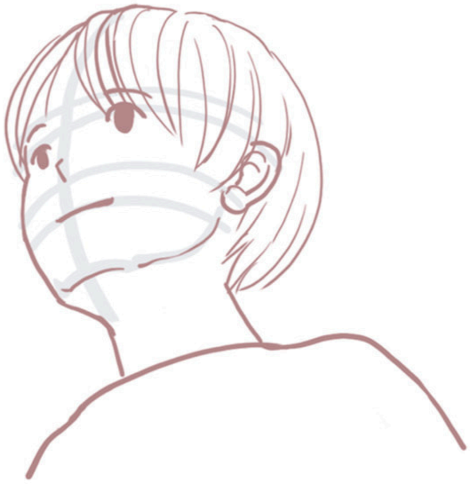

アタリ（下描きの線）も描いて練習をしてみよう。
なぞるときは、線に強弱をつけてみてね

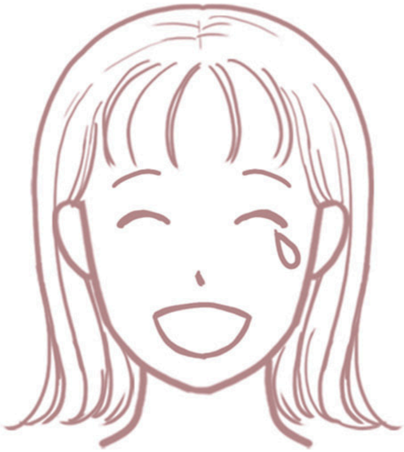


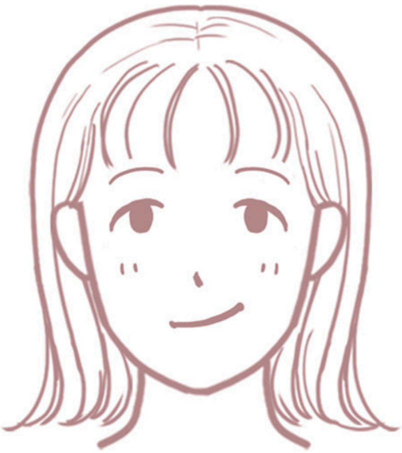


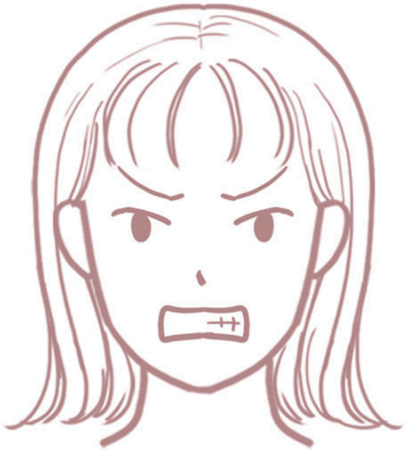


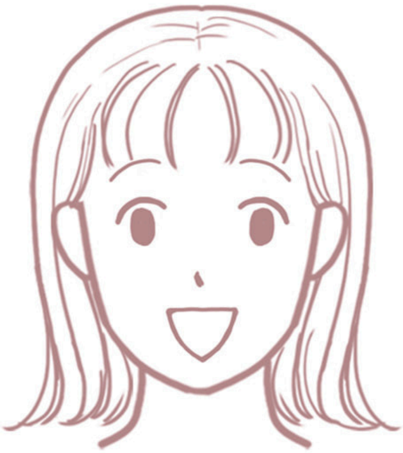


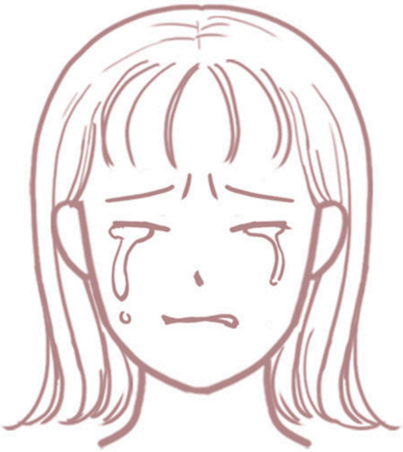


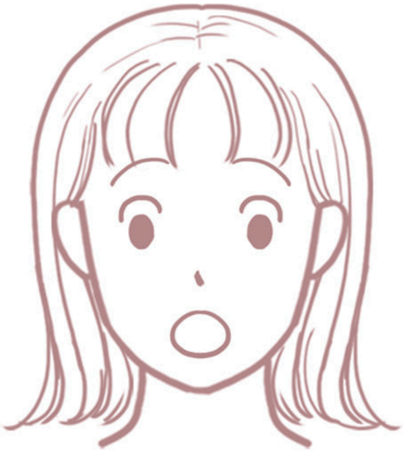


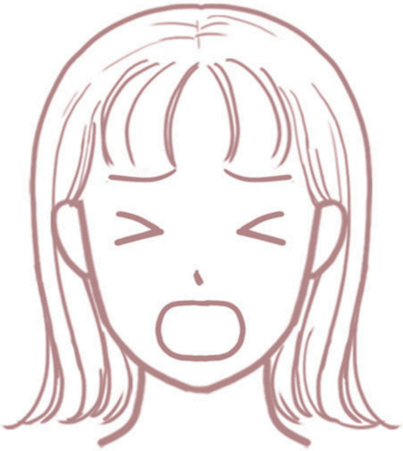


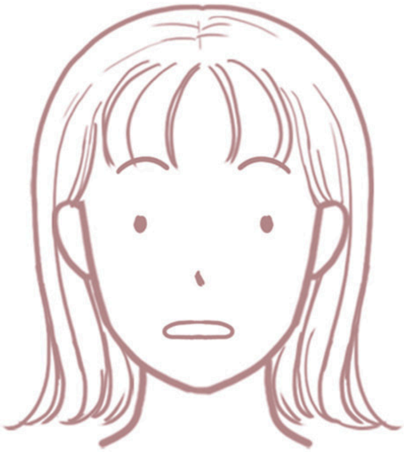


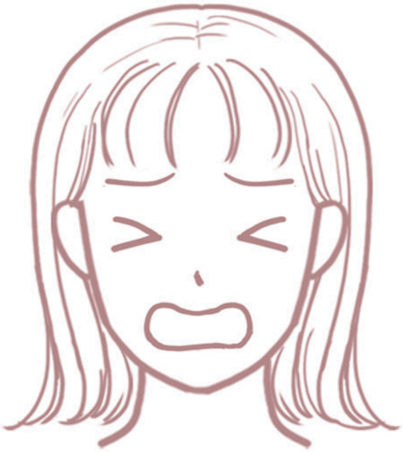












Lesson
2
体を描く

顔が描けるようになったら、体全体にチャレンジ。ポイントは段階を追って描くこと。最初に棒人間で大まかな動きを描き、そこから肉付けしていきます。顔と同じく、中心線をしっかり描くことが大切です。

Lesson 2
体を描く

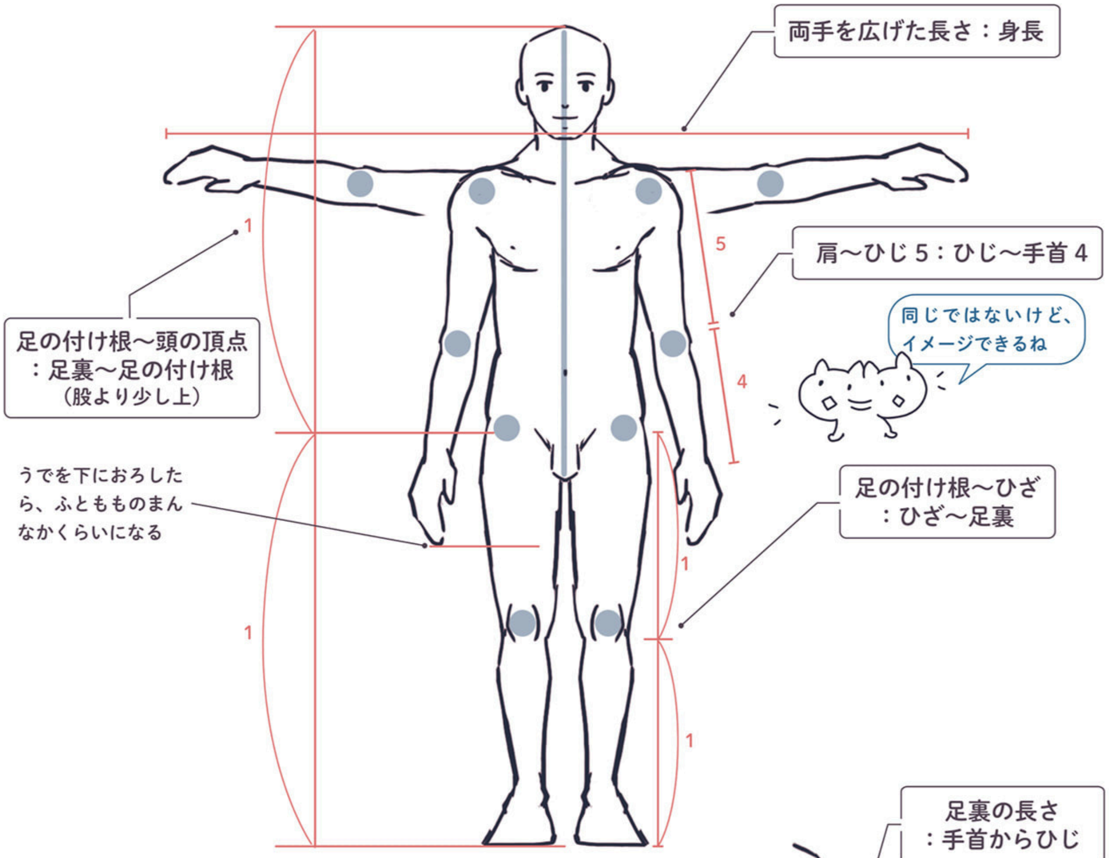
体の構造

基本をチェックしよう

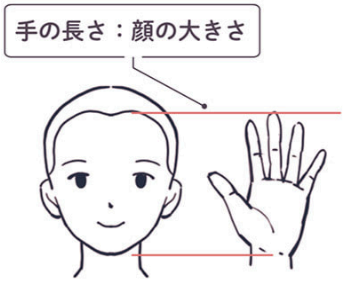
顔だけに比べて難易度が上がってみえますが、体の比率や構造などの基本的なことから、男女や年齢別の特徴を知ることで描きやすくなります。

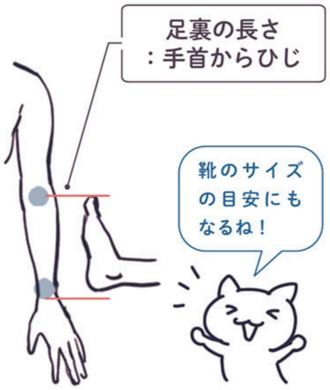
体には同じ長さの部位がたくさんある

人間の体は、おもな比率を知ることで、ぐっと描きやすくなります。ほぼ同じ長さになる部位がたくさんあり、覚えておくとバランスをとりやすくなります。


両手を広げた長さ：身長
1
足の付け根〜頭の頂点
：足裏〜足の付け根
（股より少し上）
1
5
肩〜ひじ 5：ひじ〜手首 4
4
同じではないけど、
イメージできるね
うでを下におろした
ら、ふとももの まん
なかくらいになる
足の付け根〜ひざ
：ひざ〜足裏
1
1

まったく同じ長さ
じゃなくて、だい
たいの目安だよ



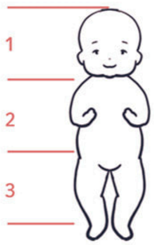

足裏の長さ
：手首からひじ
靴のサイズ
の目安にも
なるね！

年齢によって頭身は変化する

頭と、それ以外の体の大きさとの割合を頭身といいます。一般的に、成長するに従って頭身は増えていき、成人になるとほぼ変化しません。身長もほとんどのびることはなくなります。人種や地域によって、頭身の平均値は異なります。目安として役立ててください。

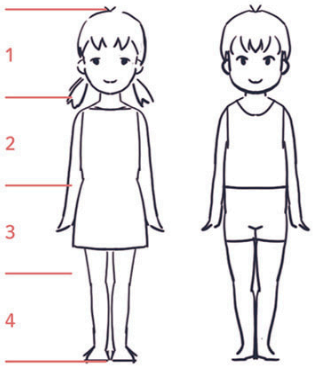
赤ちゃん

頭が大きく、おおよそ3頭身です。



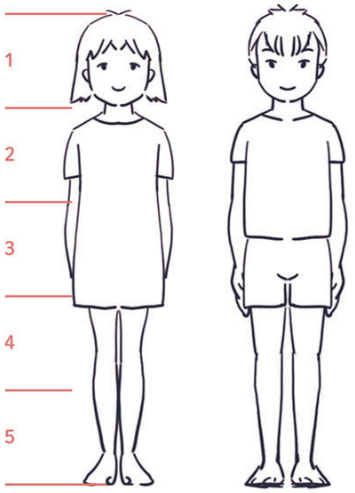
幼児
（3歳ごろ）

身長がのびて4頭身になります。



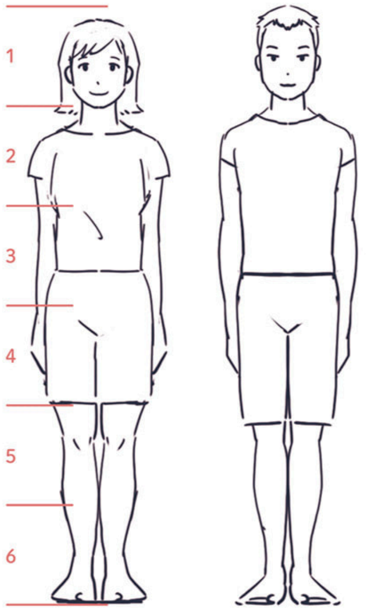
子ども
（5~7歳ごろ）

手足がのびてきます。男女の差はあまりありません。



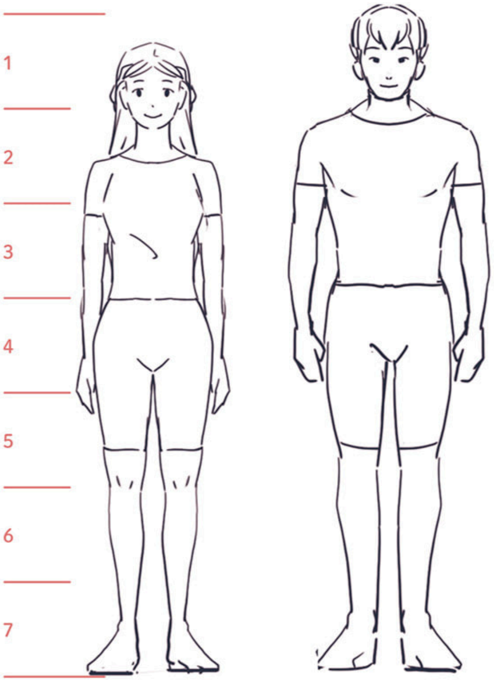
青年
（13歳ごろ）

だいぶん大人に近づきます。個人、男女により体格差が出てきます。



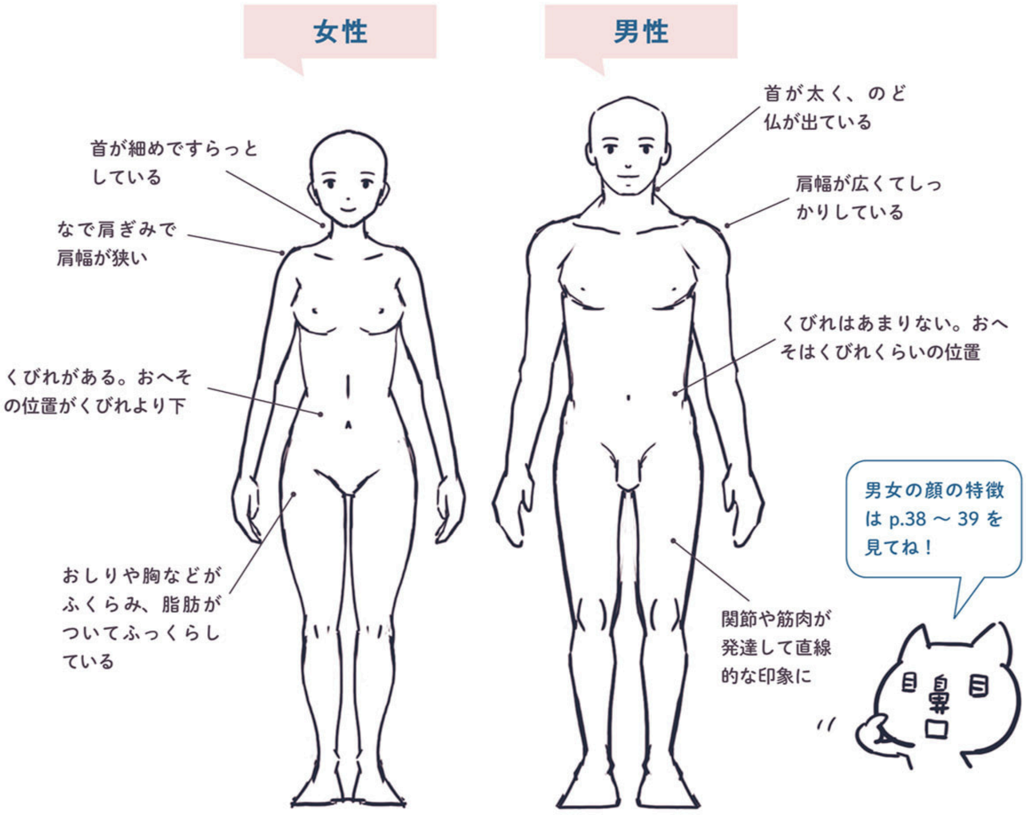
おとな
（15歳以降）

日本人は6.5～7.5頭身が平均。身長や体つきに違いが出ます。



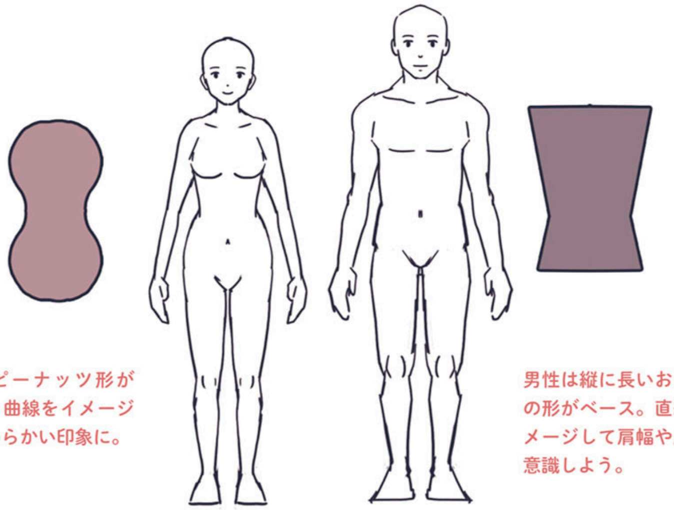
男性と女性の体の違いを知っておこう

男性と女性は、成人になるにつれてそれぞれの特徴が出てきます。うまく活用して描きわけましょう。


女性
男性
首が細めですらっとしている
なで肩ぎみで肩幅が狭い
くびれがある。おへその位置がくびれより下
おしりや胸などがふくらみ、脂肪がついてふっくらしている
首が太く、のど仏が出ている
肩幅が広くてしっかりしている
くびれはあまりない。おへそはくびれくらいの位置
関節や筋肉が発達して直線的な印象に
男女の顔の特徴はp.38 〜 39 を見てね！
目 鼻 目
口

Point ポイント

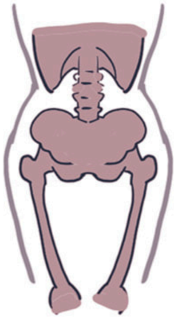
むずかしく考えず、かんたんなベースの形でとらえよう。



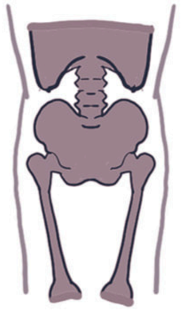
女性はピーナッツ形がベース。曲線をイメージしてやわらかい印象に。

男性は縦に長いおちょこの形がベース。直線をイメージして肩幅や胸幅を意識しよう。

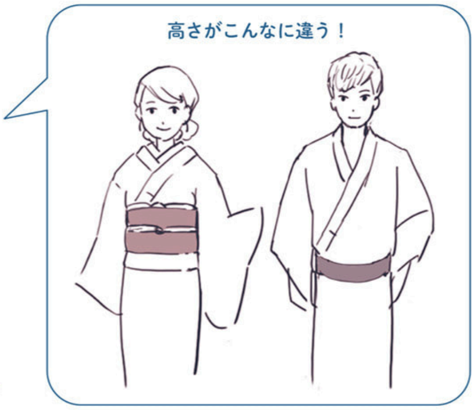
腰



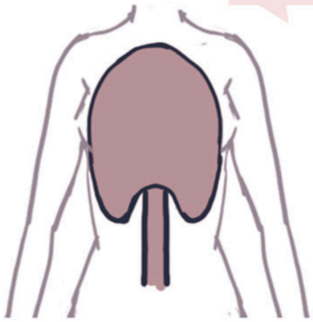
女性はくびれている



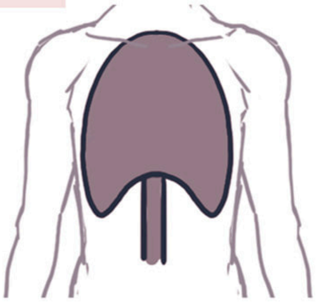
男性はあまりくびれていない



胸

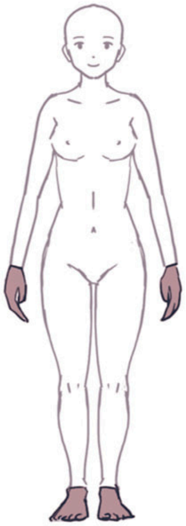


女性は胸の幅が狭い

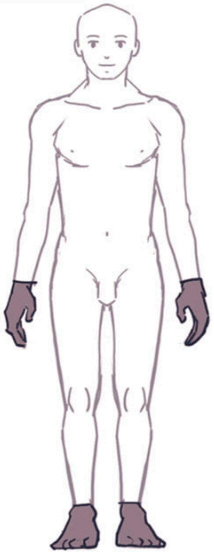


男性は胸の幅が広い

手足



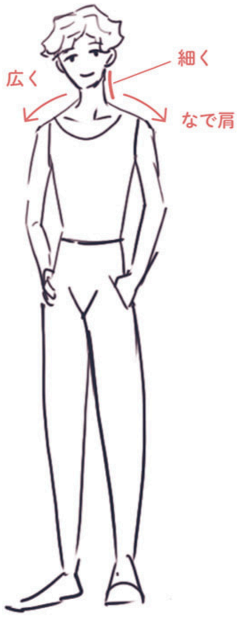
女性は細めで
小さい



男性はがっしり
していて大きい

Point
ポイント

男女差といっても個人差が大きいもの。「男らしさ」「女らしさ」の割合をかえつつ、いろいろとアレンジしてみよう。たとえば、首を細くして、肩幅は広くてもなで肩にすると、中性的なイメージになる。



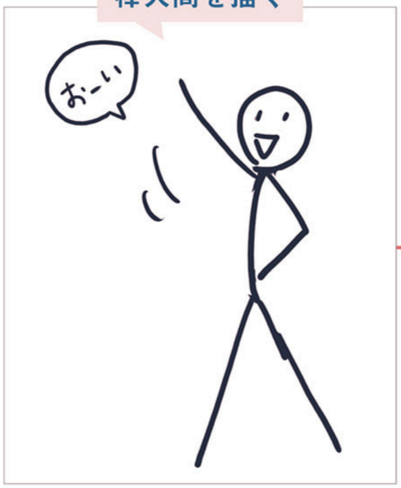
最初に棒人間で大まかな動きを描こう

顔は描けるのに、体全体になるとうまく描けないということがありませんか？　初心者は頭から描きはじめ、だんだん足に向かって描いていくことが多く、バランスが崩れやすくなります。まずはかんたんに「棒人間」で体の大きな動きを描くとよいでしょう。比率を意識することを忘れないで。

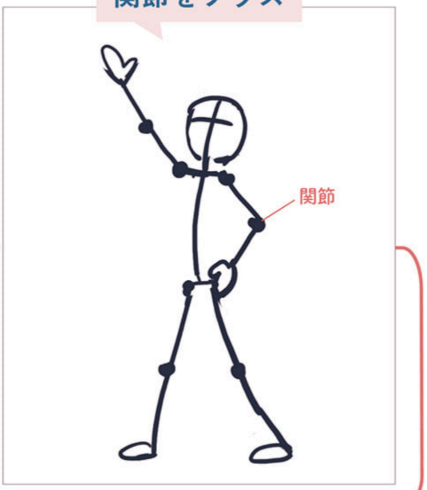
棒人間からスタート

棒人形でおおまかな形をとり、関節の位置を考えます。それから肉付けをして服を着せて完成させます。

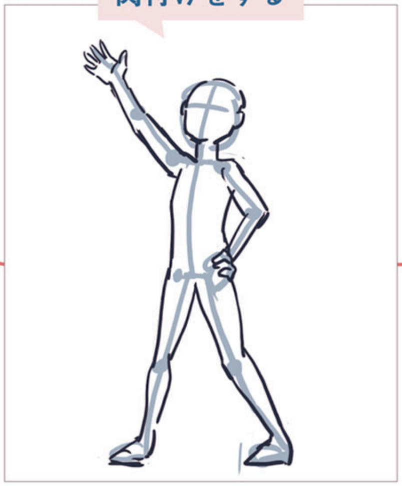
棒人間を描く



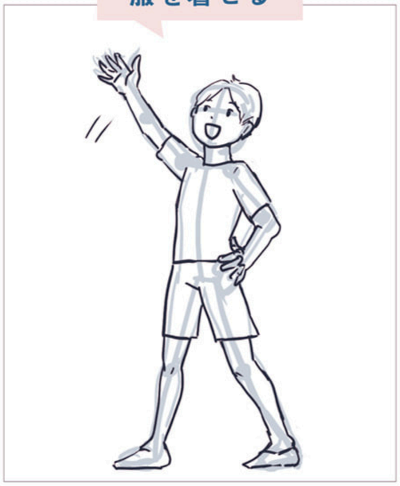
関節をプラス



肉付けをする



服を着せる



慣れるまではめんどうかもしれないけど、修正が減って時間短縮になるよ！

Lesson 2
体を描く

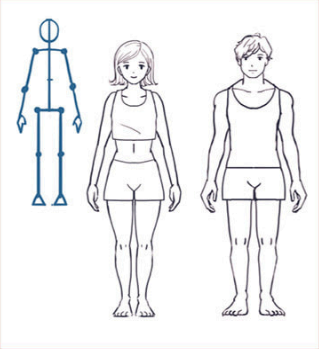
体の構造

正面を描く

体を単純化して理解することで、らくに形とバランスが取れるようになります。

棒人間から体を描くには……

棒人間
男女共通
p.119
→ 肉付けする 女性 p.122
→ 肉付けする 男性 p.126

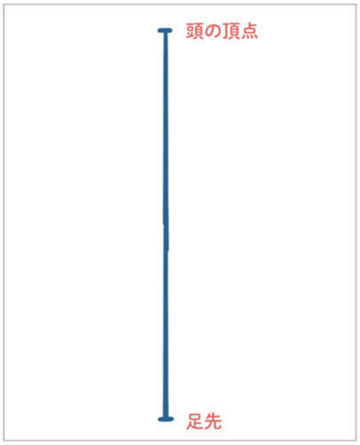


棒人間を描く 男女共通

中心線を描く

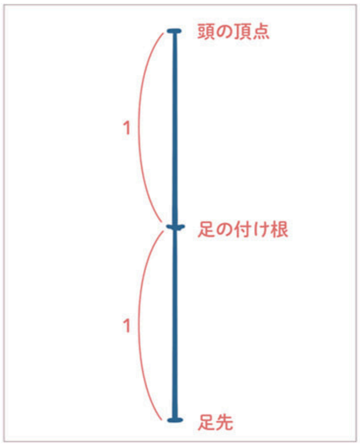
1

頭の頂点から足先まで、中心線を描く。頭の頂点と足先の位置を決める。



2

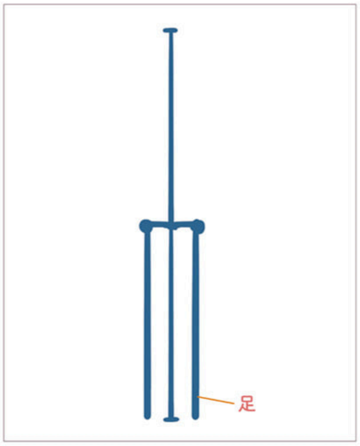
半分のところに印をつける。ここが足の付け根の高さになる。



足を描く

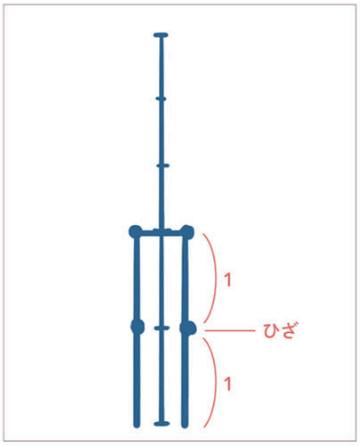
3

足の付け根から少し外側に、左右対称に線を描く。これが足になる。



4

3の足の半分くらいの位置に関節を描く。ここがひざになる。

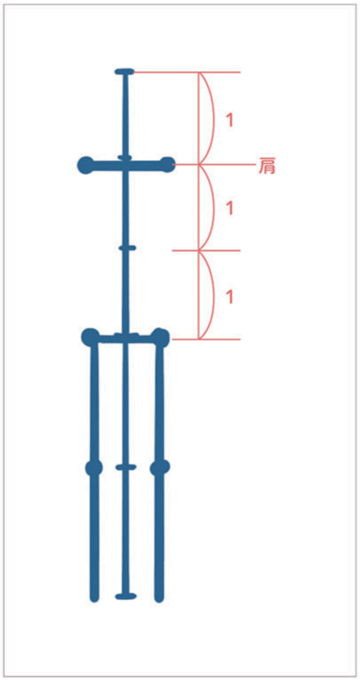


肩を描く

5

足の付け根より上を３つにわける。上からひとつ目の位置が肩になる。肩幅の線を描き、肩の関節を描く。

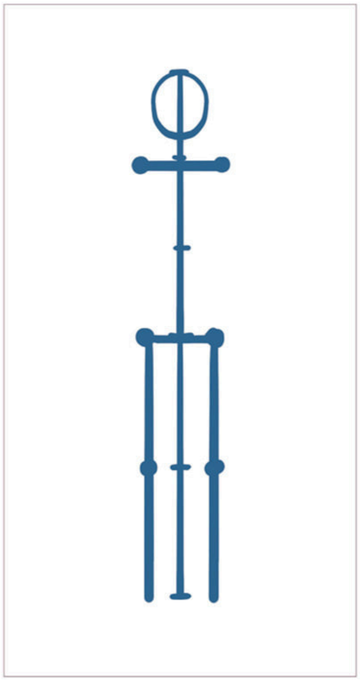
肩幅の線は、足の付け根と同じくらい。



頭を描く

6

肩より少し上に頭部を丸く描く。

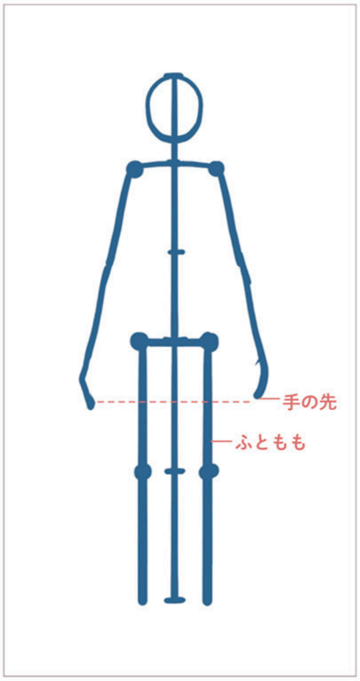


手を描く

7

肩から足に向けて腕を描く。

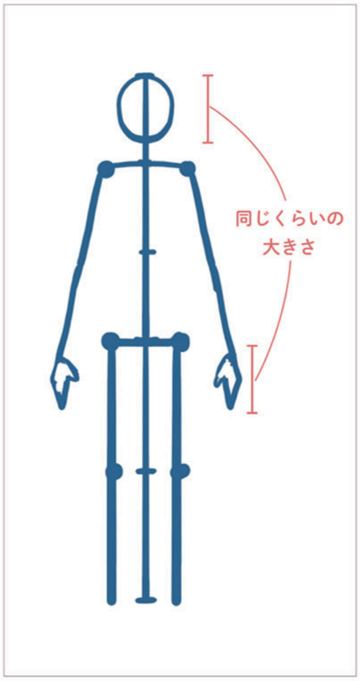
手の先はふとももの まんなかくらい。



8

手の大体の大きさを、ミトンの形をイメージして描く。（p.155）

手の大きさは顔と同じくらいに。

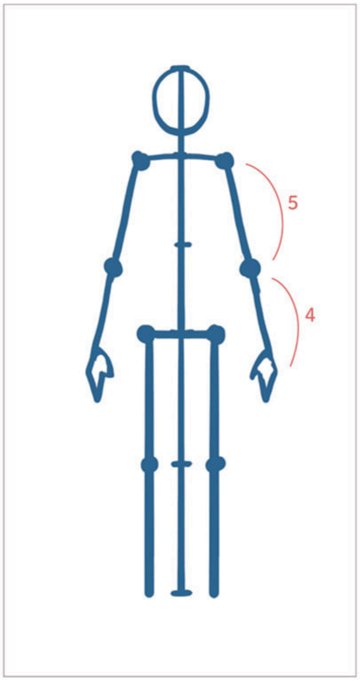


足を描く

9

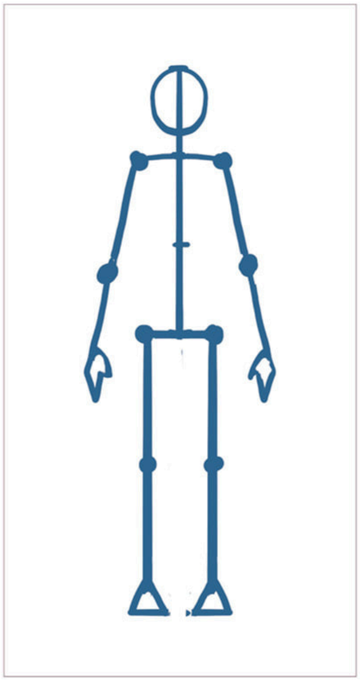
ひじの関節を描く。

肩〜ひじと、ひじ〜手首の比率は、5対4くらいになる。



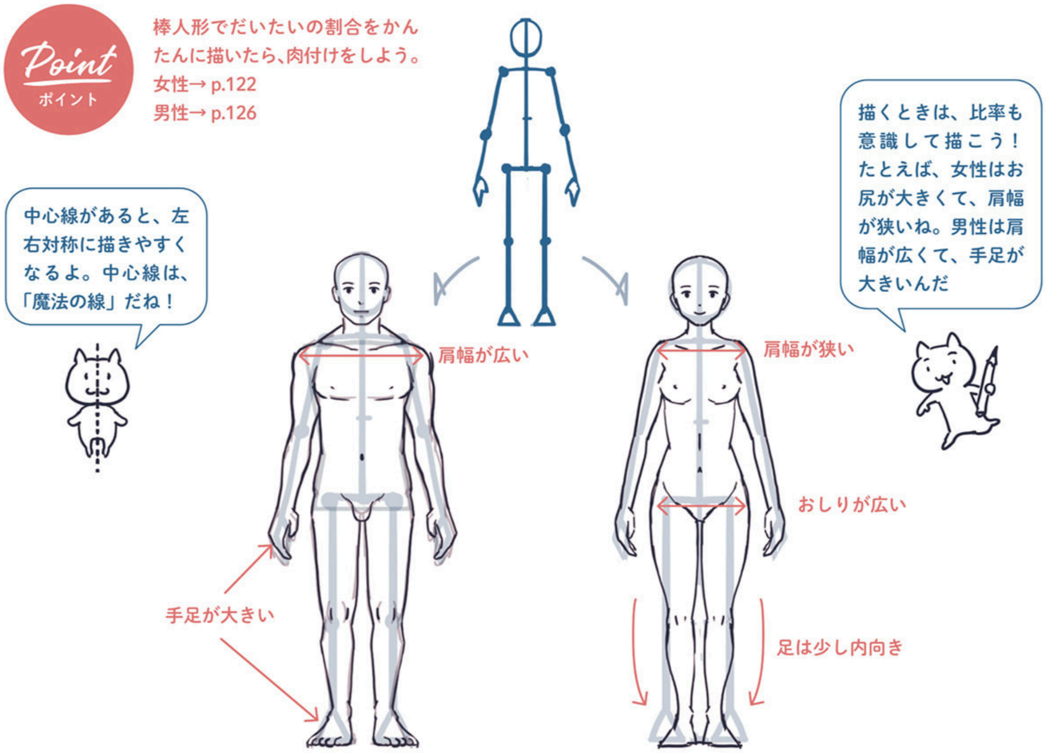
10

足のだいたいの形を三角形をイメージして描く。股下の中心線を消す。正面の棒人間が完成。



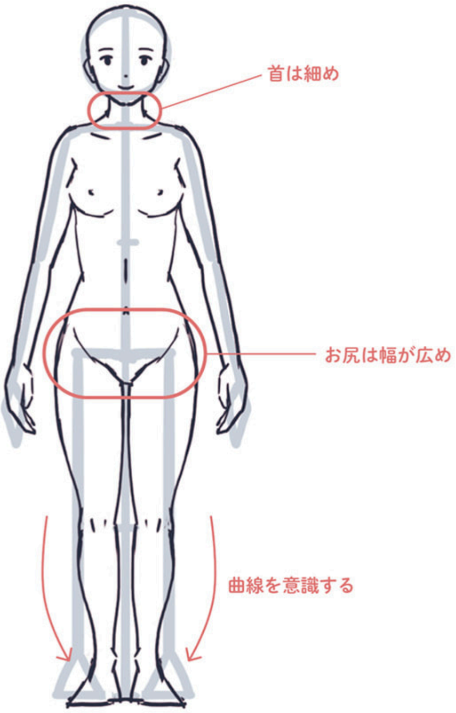
Point ポイント

棒人形でだいたいの割合をかんたんに描いたら、肉付けをしよう。
女性→ p.122
男性→ p.126


中心線があると、左右対称に描きやすくなるよ。中心線は、「魔法の線」だね！
描くときは、比率も意識して描こう！たとえば、女性はお尻が大きくて、肩幅が狭いね。男性は肩幅が広くて、手足が大きいんだ
肩幅が広い
手足が大きい
肩幅が狭い
おしりが広い
足は少し内向き

肉づけをする 女性

「棒人間を描く」（p.119~121）で完成した棒人間に、女性の特徴をイメージしながら、肉付けをしましょう。首と肩は細めにし、お尻を大きめにします。体の丸み（曲線）を意識しましょう。

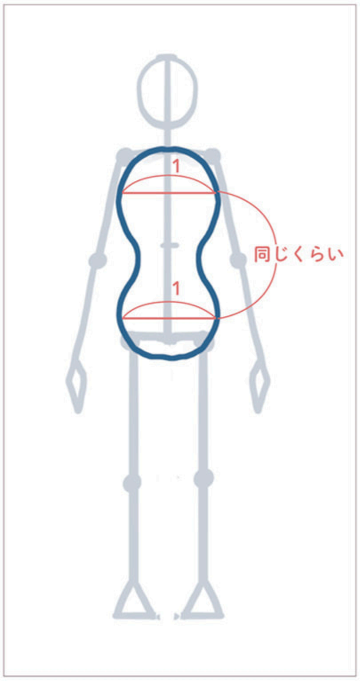

首は細め
お尻は幅が広め
曲線を意識する

胴体のアタリ（下描きの線）を描く

1

「棒人間を描く」（p.119~121）を薄く描く。胴体に、ピーナッツ形のアタリを描く。

胸とお尻は同じくらいの幅にする。

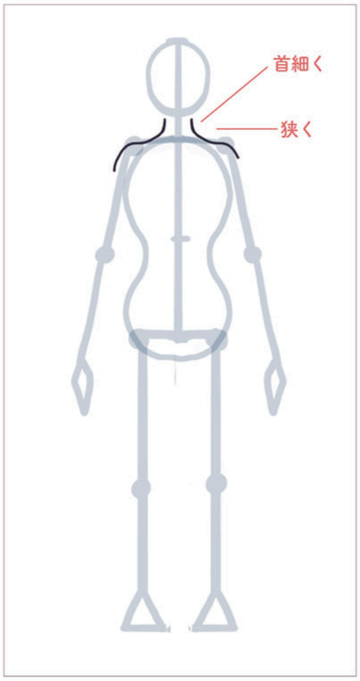


首から肩を描く

2

実際の線を描く。首は細く、肩の幅を少し狭くして、なで肩に。

棒人形の線をもとに、女性的なラインを意識して実際の線を描いていく。

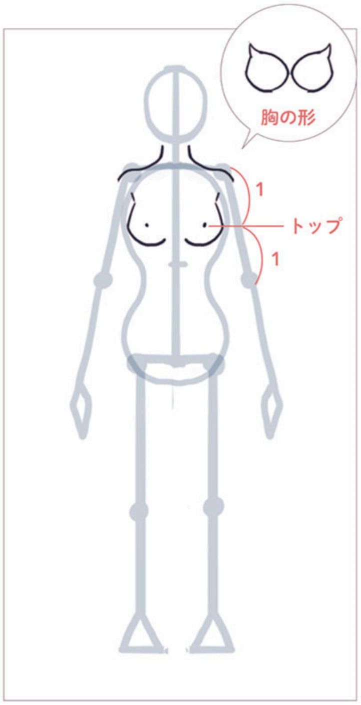


胸を描く

3

胸のトップが二の腕のまんなかくらいに位置するように、左右の胸を描く。

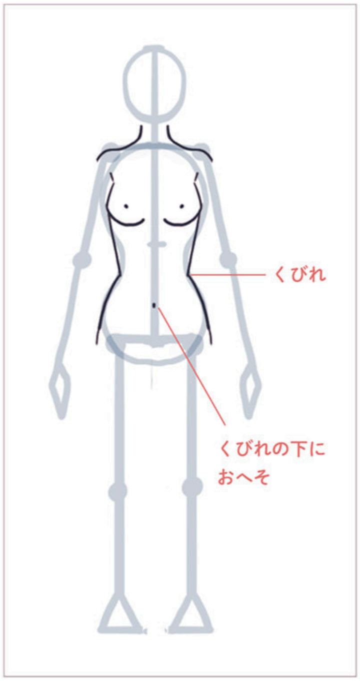
ブラジャーのような形をイメージしよう。



胴を描く

4

1のピーナッツ形の線をもとに、くびれからお尻を描く。くびれの少し下におへそを描く。

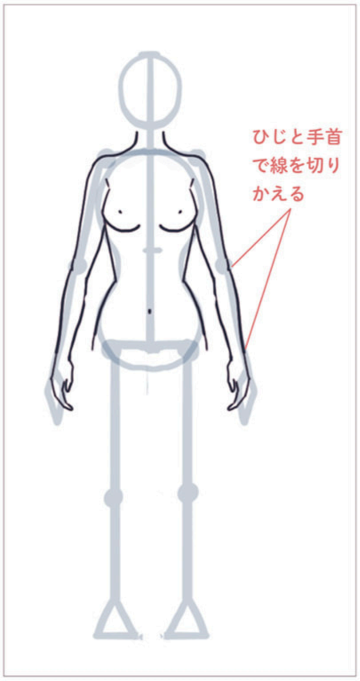

くびれ
くびれの下に
おへそ

手を描く

5

左右の手を描く。腕と手は小さめに、細めにする。ひじと手首で線を一度とめて、部位が異なることを意識して描く。

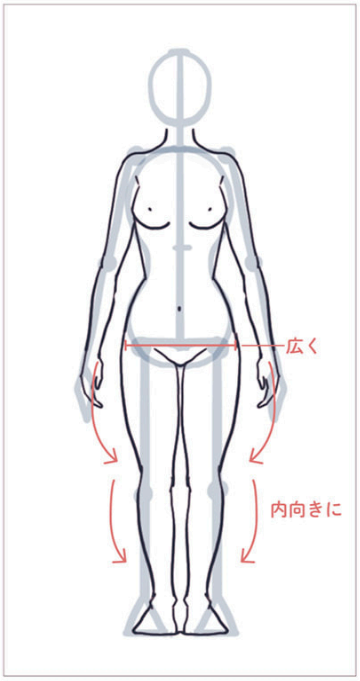
腕はまっすぐにしすぎないほうが、自然になる。


ひじと手首
で線を切り
かえる

足を描く

6

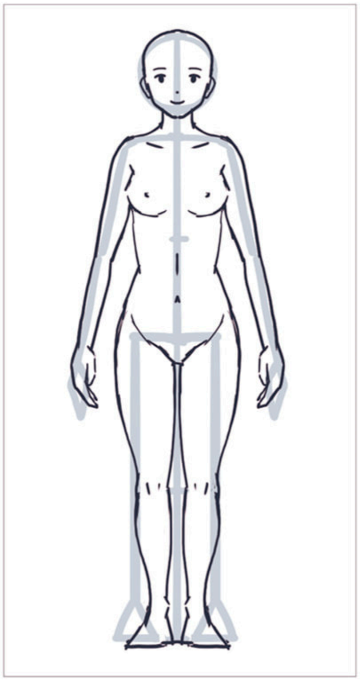
左右の足を描く。足の付け根は少し広めに描きはじめ、ひざまで内向きに線を描く。ひざからふくらみをもたせて描き、足首まで内向きに線を描く。



頭部を描く

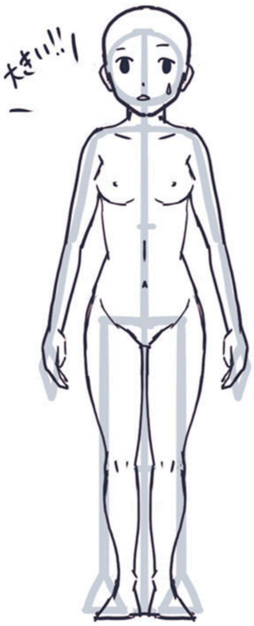
7

「正面の顔を描く」（p.32～34）と同様に描く。
頭部の中心線に気をつけて。アタリの線を取るのを忘れずに。



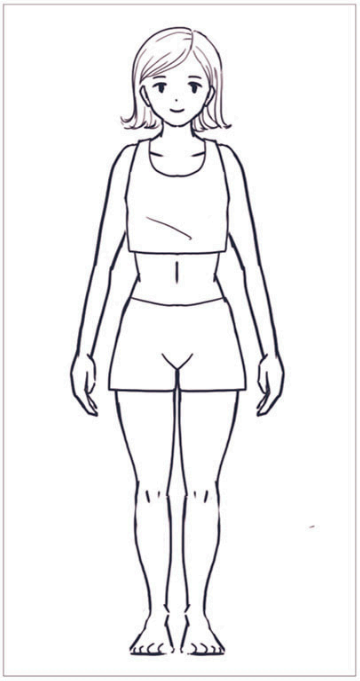
Point
ポイント

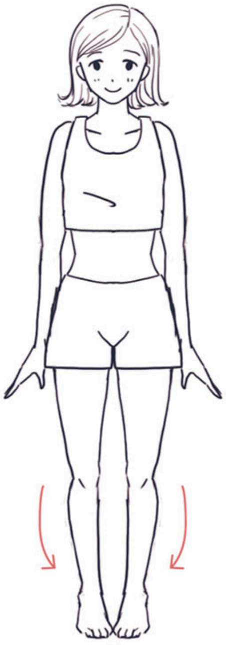
最初に頭部を描くと、顔を描くのに夢中になって頭が大きくなりがち。バランスが崩れるのを防ぐためにも、頭部は最後に描こう。慣れてきたら、最初に描いてもOK。



Finish

髪や服を描いて完成。
髪の詳しい描きかたは p.50～p.69、服は p.178～p.207を参考にしよう。





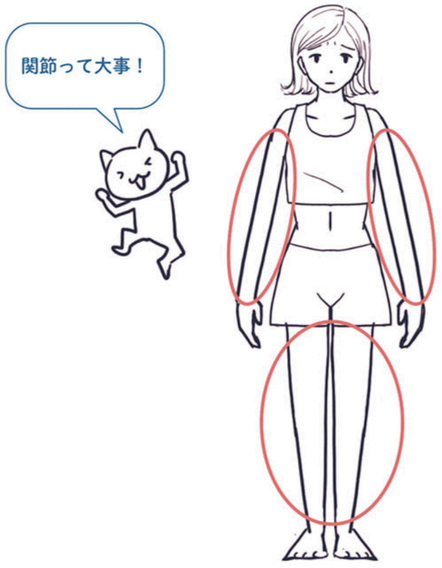
Point
ポイント

足は小さめに、内股にするとさらにかわいい印象に。

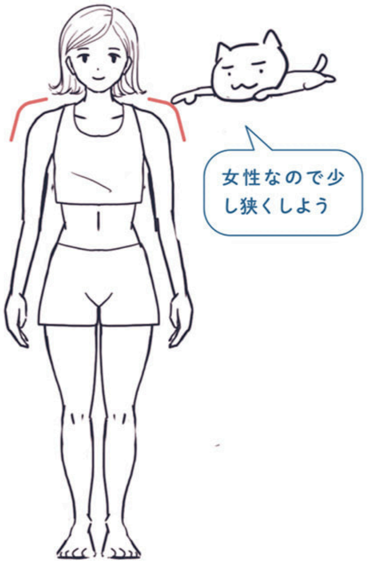
女性の黄金比はバスト1：ウエスト0.7：ヒップ1といわれているよ！ ただし、個人差や人種にもよるから、目安にしてね

NG
よくある失敗

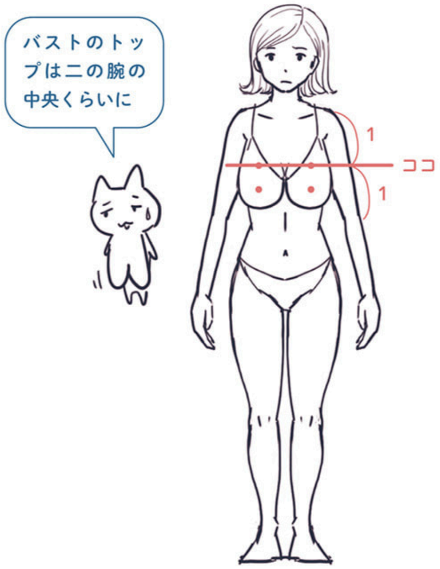
腕や足がまっすぐ



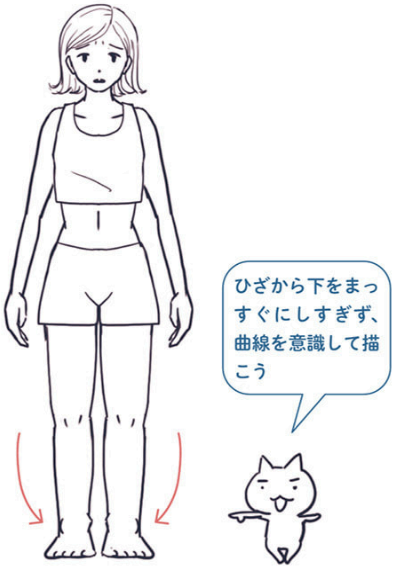
肩幅が広くて がっしりしすぎてる


女性なので少し狭くしよう

胸が不自然

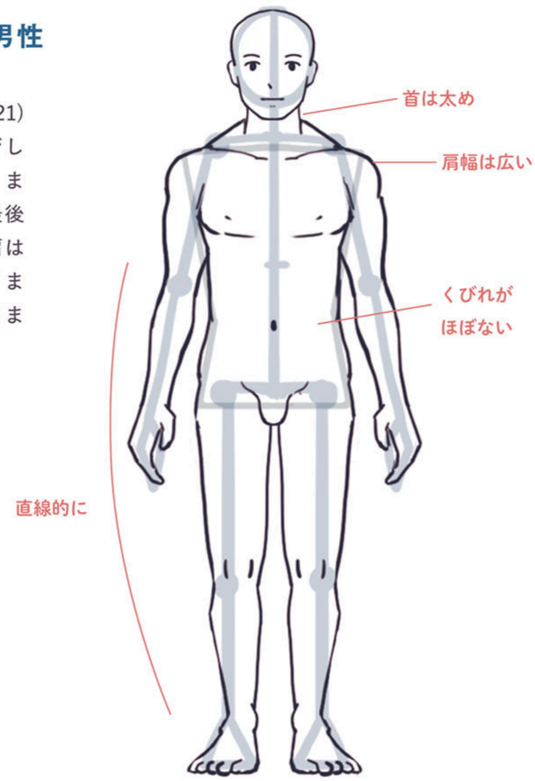

バストのトップは二の腕の中央くらいに
1
ココ
1

足が太すぎ


ひざから下をまっすぐにしすぎず、曲線を意識して描こう

肉づけをする 男性

「棒人間を描く」（p.119~121）に、男性の特徴をイメージしながら、肉付けをします。まずアタリを描いてから、最後に調整しましょう。首と肩は太めで、くびれはほぼありません。直線を意識して描きましょう。

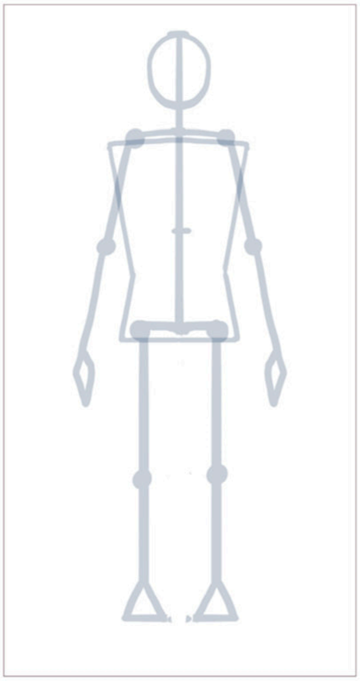

首は太め
肩幅は広い
くびれがほぼない
直線的に

胴体のアタリ（下描きの線）を描く

1

「棒人間を描く」（p.119〜121）を薄く描く。胴体に、おちょこ形のアタリを描く。

男性はあまり腰のくびれがない。

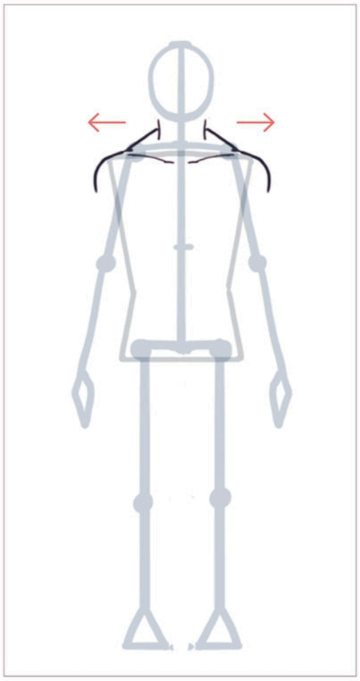


首から肩を描く

2

実際の線で描く。首は太めに、肩の幅を広くして、がっしりと。

棒人形をもとに、男性的なラインを意識して実際の線を描いていく。

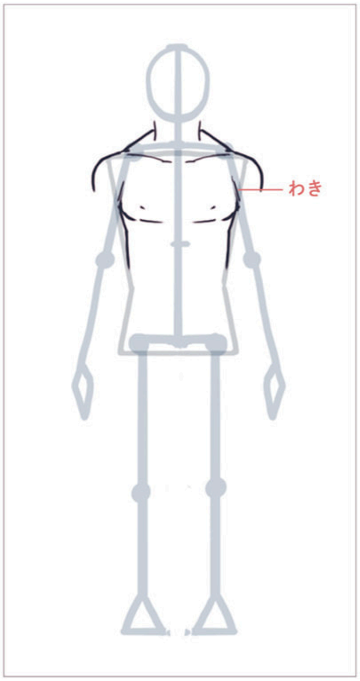


胸を描く

3

バストのトップがわきのすぐ下になるように、左右の胸を描く。

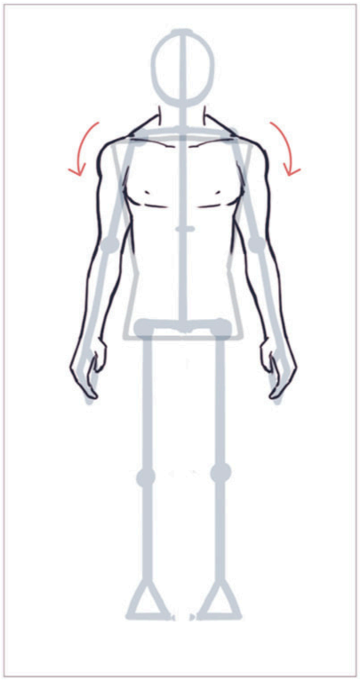
胸幅は広く描くこと。



手を描く

4

腕は筋肉と直線を意識して描いたら、ひじと手首で緩急をつけながら描く。手は大きめに描く。

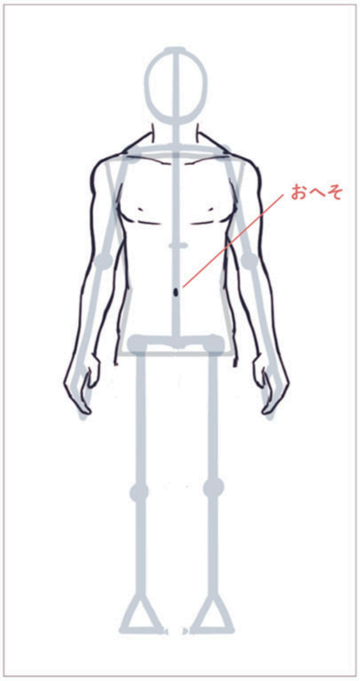


胴を描く

5

1 のおちょこ形をもとに、くびれからお尻を描く。くびれの少し下におへそを描く。

くびれはほぼない。

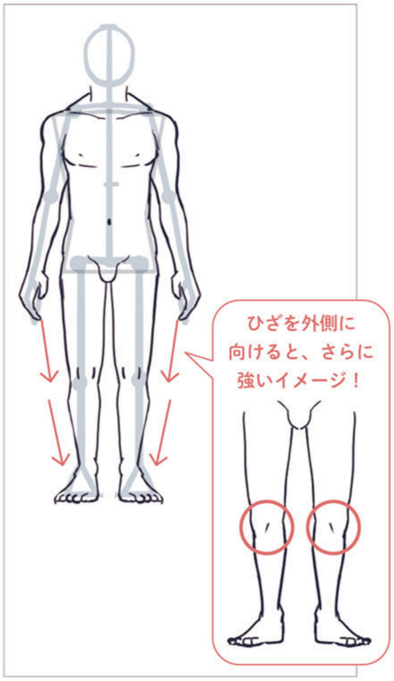


足を描く

6

足の付け根から少し内向きに描きはじめる。女性に比べて直線的なイメージで描く。

足は大きめに。さらに、外股にすると強いイメージになる。

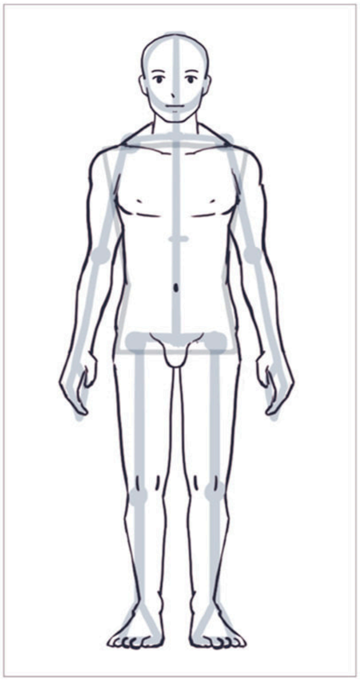

ひざを外側に
向けると、さらに
強いイメージ！

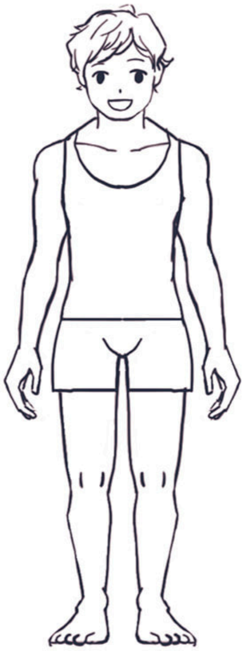
頭部を描く

7

「正面の顔を描く」（p.32～34）と同様に描く。

頭部の中心線に気をつけて。アタリの線をとるのを忘れずに。





NG
よくある失敗

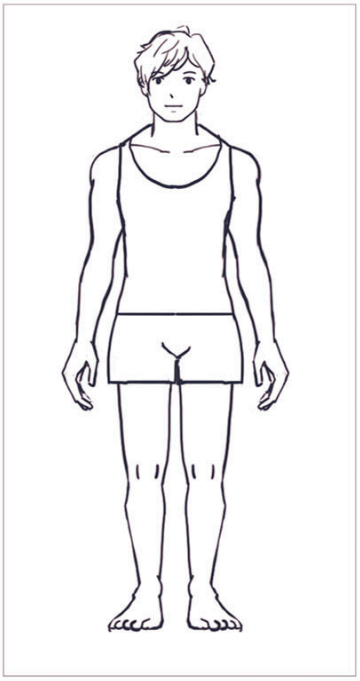
体型と顔がアンバランスにならないように気をつけて。筋肉質の男性の体に、顔のパーツの距離が近い子どもっぽい顔だと、違和感が出る。

頭が大きくて顔も子どもっぽいのに、筋肉隆々だね！

Finish

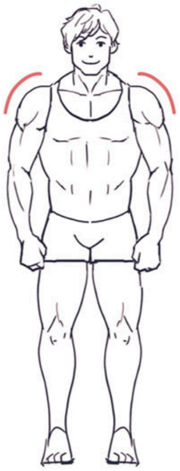
髪や服を描いて完成。

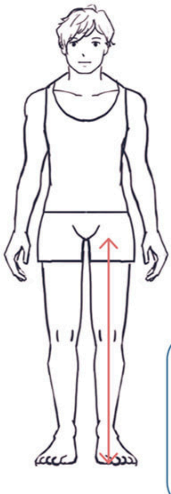
髪の詳しい描きかたはp.50～p.69、服はp.178～p.207を参考にしよう。

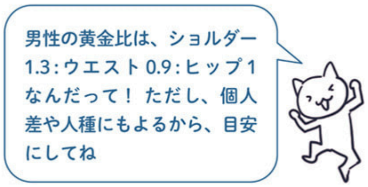


Point
ポイント

筋肉をもっとつけたり、足を少し長くしたりしてアレンジしよう。

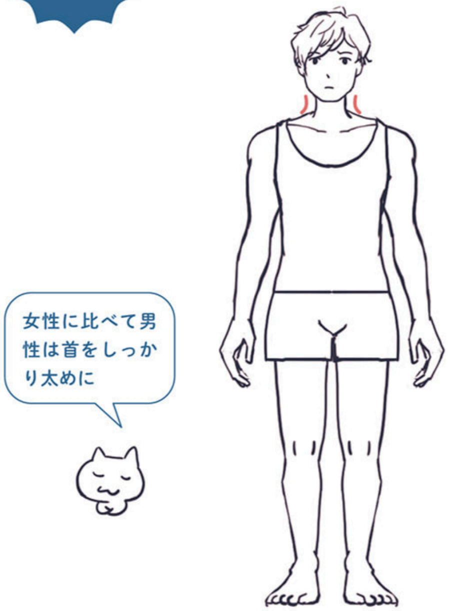




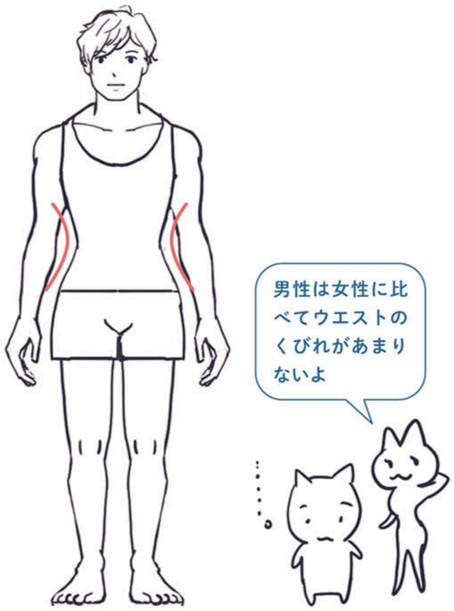

男性の黄金比は、ショルダー1.3：ウエスト0.9：ヒップ1なんだって！ ただし、個人差や人種にもよるから、目安にしてね

NG
よくある失敗

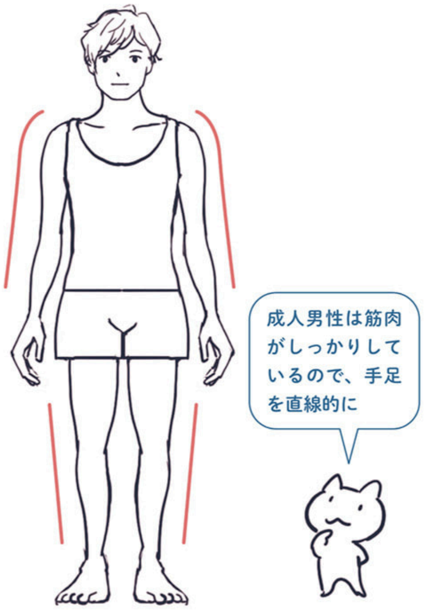
首が細すぎる


女性に比べて男性は首をしっかり太めに

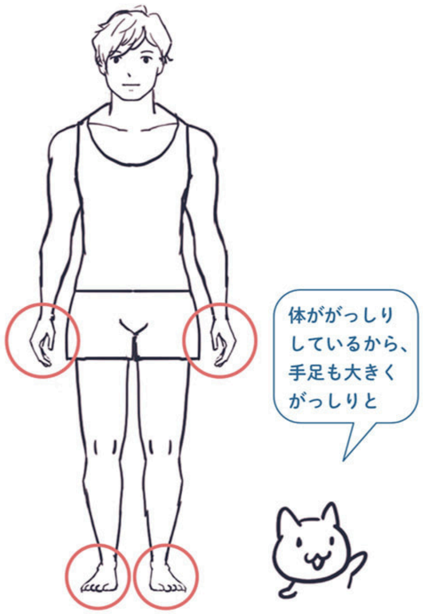
ウエストがくびれすぎ


男性は女性に比べてウエストのくびれがあまりないよ
……

全体に曲線的できゃしゃ

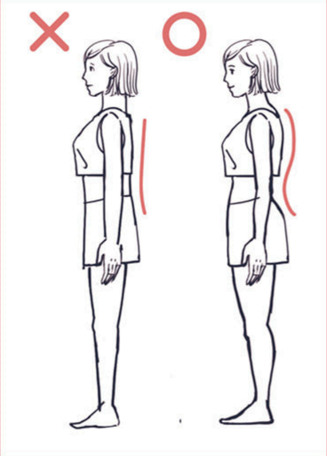

成人男性は筋肉がしっかりしているので、手足を直線的に

手足が小さく不安定


体ががっしりしているから、手足も大きくがっしりと

横向きを描く

まっすぐだと思われがちな背骨が、横から見るとまっすぐではないことが、横向きを描くときの一番大きなポイント。背骨はゆるやかな逆Ｓ字になっています。



棒人間から体を描くには……

棒人間
男女共通
p.130
→ 肉付けする 女性 p.132
→ 肉付けする 男性 p.136

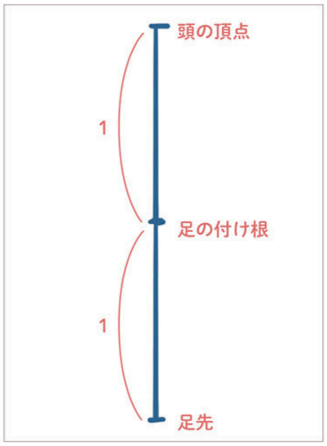
棒人間を描く 男女共通

線を描く

1

頭の頂点から足先までの線を描く。頭の頂点と足先の位置を決め、半分のところに印をつける。ここが足の付け根の高さになる。

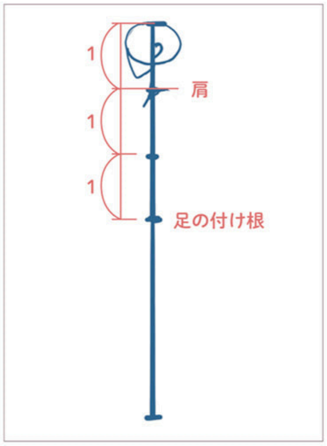
この線はp.119のような「体の中心線（背骨）」ではなく、バランスをみやすくするものなので注意。



頭部を描く

2

足の付け根から上部分を3つにわける。上からひとつ目を肩にし、頭部を描く。耳の付け根が線上にくる。

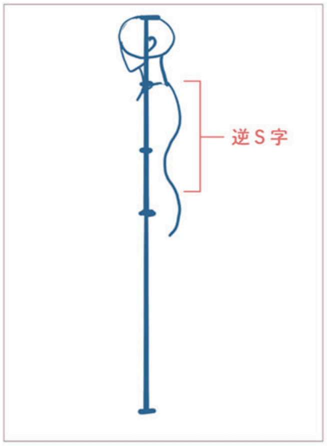


首からお尻を描く

3

首からくびれ部分までを大きな曲線で全体的に逆S字、お尻は小さな曲線で描く。

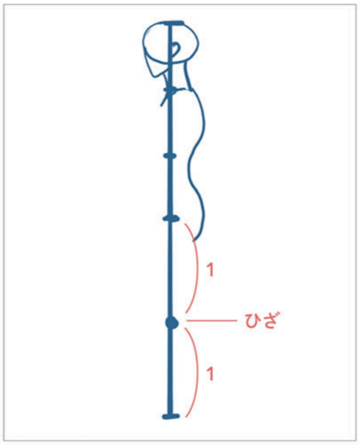
首と背骨はまっすぐではない。



足を描く

4

足の付け根から下、半分のところに印をつける。ここがひざの関節になる。

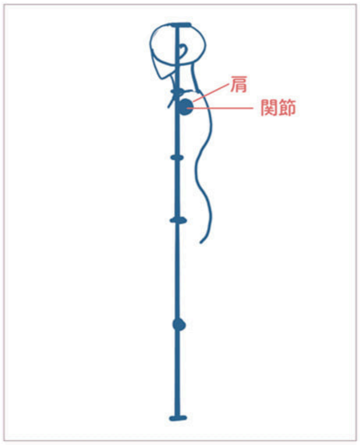


肩を描く

5

線の少し横に、肩の関節を描く。

関節は、肩の位置より少し下に描く。

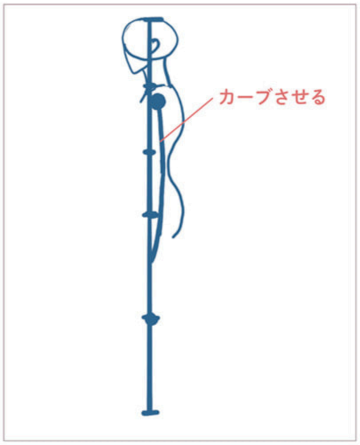


腕を描く

6

腕を描く。カーブさせながら、手先は太もものまんなかくらい。

腕をおろすと、自然に前にカーブする。鏡で確認しよう。

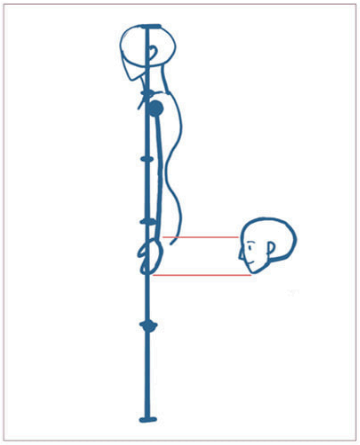


手を描く

7

ミトンの形をイメージして、手を描く。

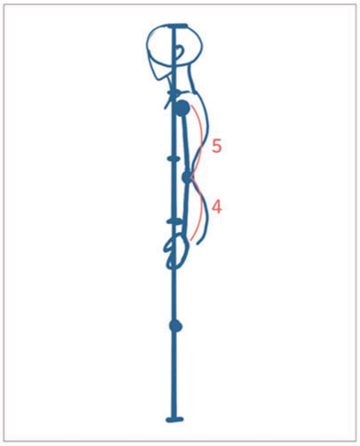
手の大きさは顔と同じくらいになる。



8

ひじの関節を描く。

ひじ～肩：手首～ひじは、5：4くらいになる。

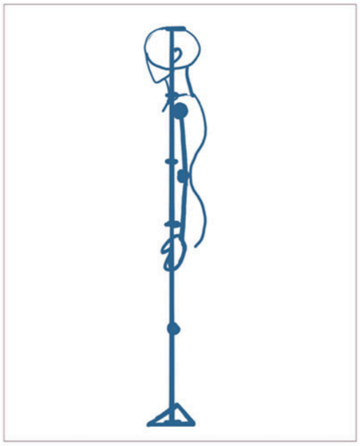


足を描く

9

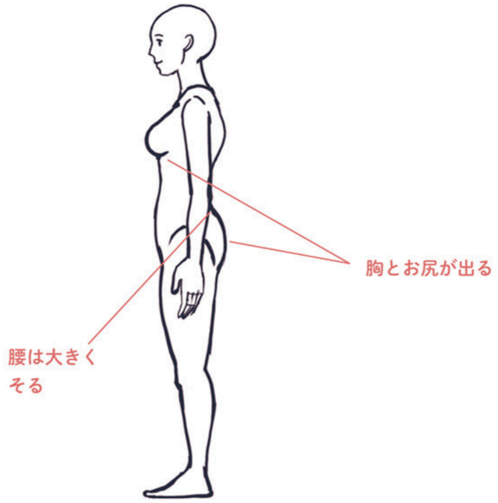
足を横に長い三角をイメージして描く。横向きの棒人形が完成。

足の骨はまっすぐではない。肉付け（女性→p.132、男性→p.136）で調整する。



肉付けをする 女性

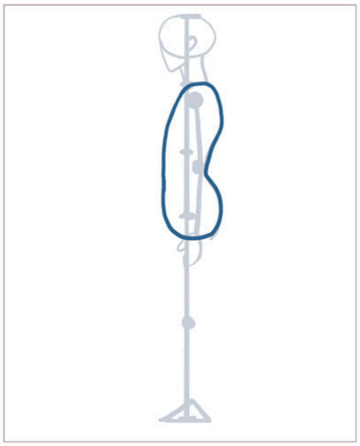
「棒人間を描く」（p.130~131）に、女性の特徴をイメージしながら、肉付けをします。横向きの女性は胸とお尻がでて、反対に腰は大きくそる形になります。全体的に脂肪がついているので曲線を意識して描きましょう。


胸とお尻が出る
腰は大きくそる

胴体のアタリ（下描きの線）を描く

1

「棒人間を描く」（p.130～131）を薄く描く。胴体の位置に、ピーナッツを変形させた形を描く。

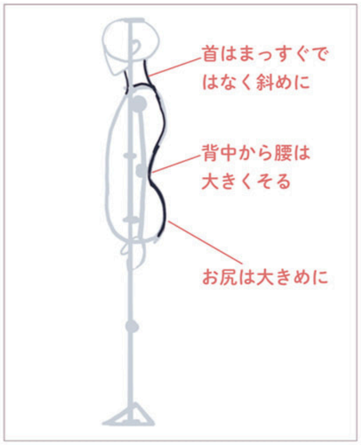


首からお尻を描く

2

実際の線で描く。1をもとに、首からお尻の曲線を描く。

体の丸みを意識する。

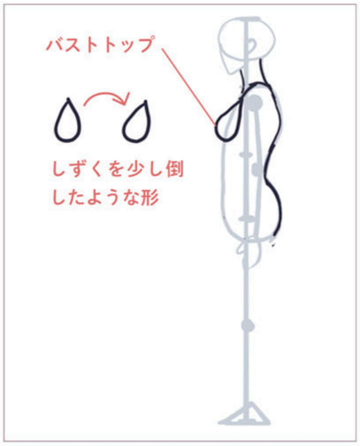

首はまっすぐではなく斜めに
背中から腰は大きくそる
お尻は大きめに

胸を描く

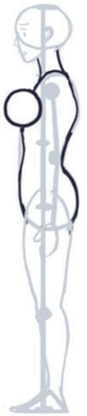
3

しずくを倒したような形で、胸を描く。首の付け根から吊り下げるように。

バストトップが低すぎると垂れて見えるので注意。


バストトップ
しずくを少し倒したような形

Point ポイント

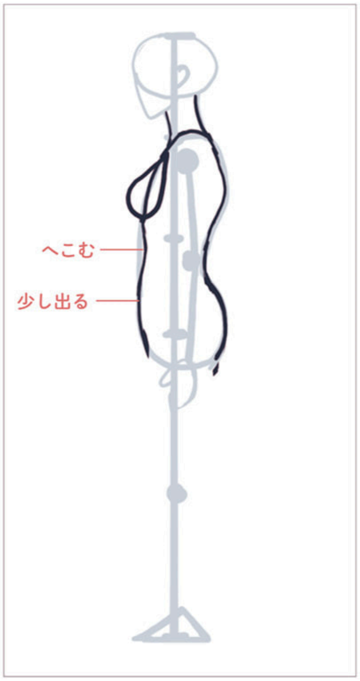


正円で胸を描くと違和感が出る。

おなかを描く

4

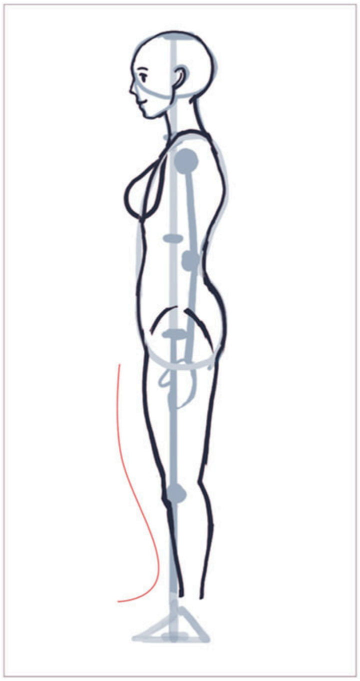
1をもとに、おなかを描く。腰の部分でへこむようにし、下腹部が少し出るように描く。



足を描く

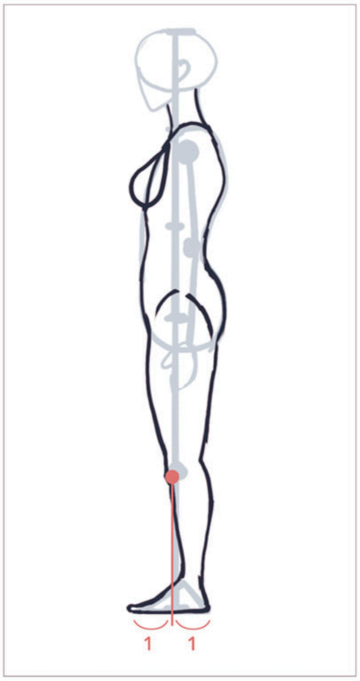
5

足の付け根は少し広めに描きはじめ、ひざの関節まできたら、すねは線の内側を通るようにする。ひざを中心に全体にゆるやかなS字をイメージ。お尻とふとももはなめらかにつなげる。



6

ひざから垂直におろした線が足の中央になるようにつま先まで描く。

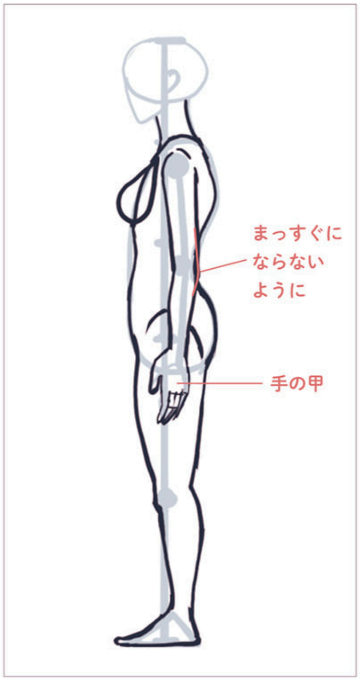


手を描く

7

腕と手は小さめにする。ひじと手首の部分で線を一度とめるようにして描く。手は甲が見える。

腕はまっすぐにしすぎないほうが、自然になる。

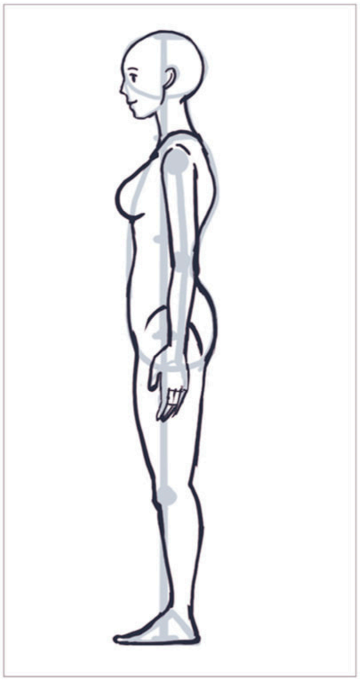


頭部を描く

8

「横顔を描く」（p.42～45）と同様に描く。

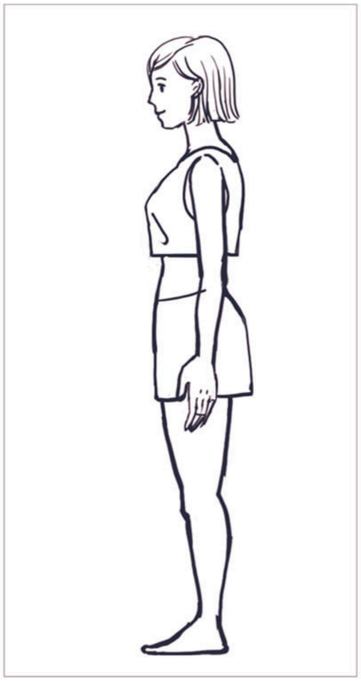
後頭部が小さくなりすぎないように。



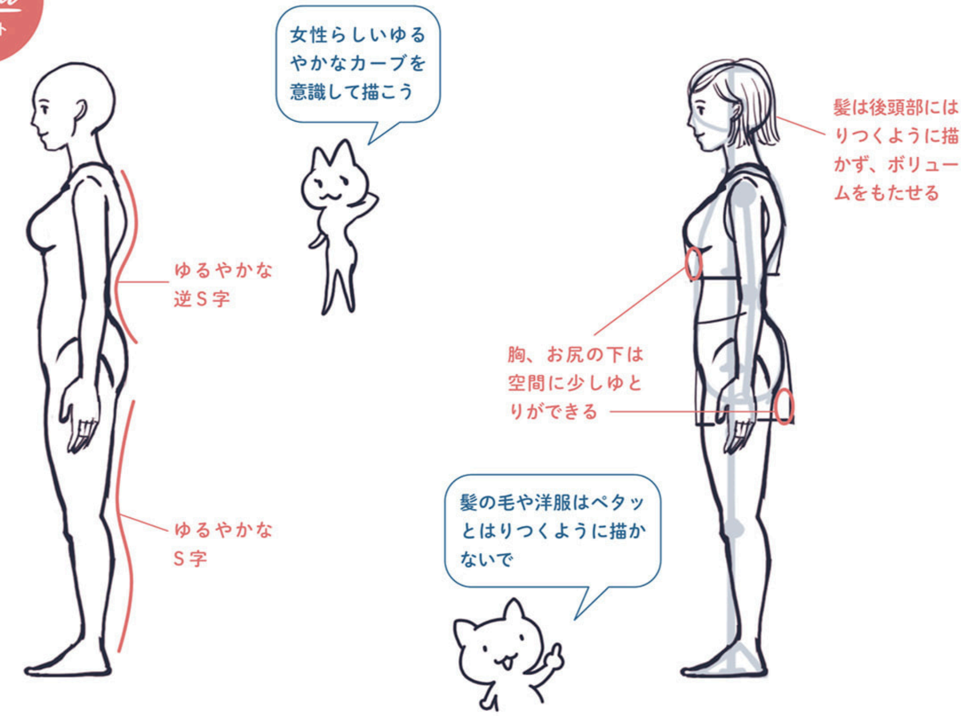
Finish

髪や服を描いて完成。

髪の詳しい描きかたはp.50～p.69、服はp.178～p.207を参考にしよう。

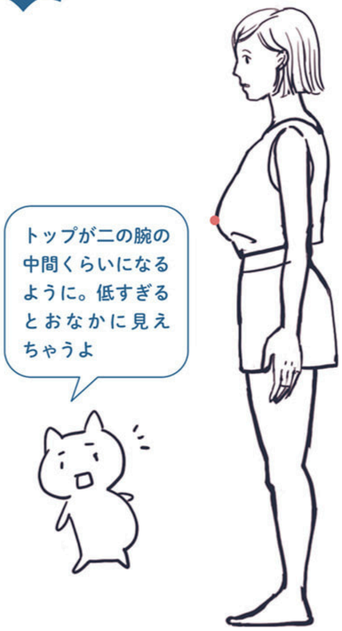


Point
ポイント

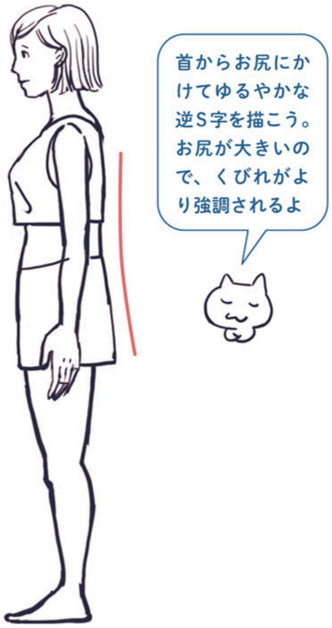

女性らしいゆるやかなカーブを意識して描こう
ゆるやかな逆S字
ゆるやかなS字
髪は後頭部にはりつくように描かず、ボリュームをもたせる
胸、お尻の下は空間に少しゆとりができる
髪の毛や洋服はペタッとはりつくように描かないで

NG
よくある失敗

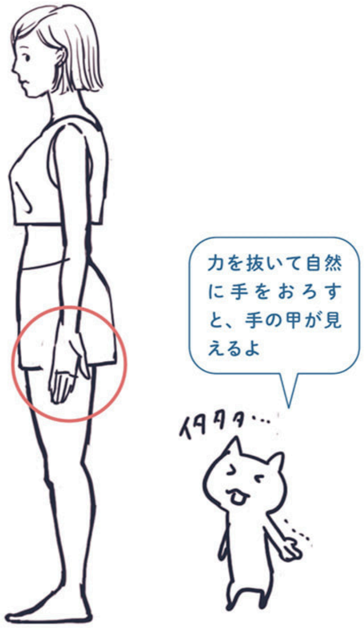
胸のバランスが変


トップが二の腕の中間くらいになるように。低すぎるとおなかに見えちゃうよ

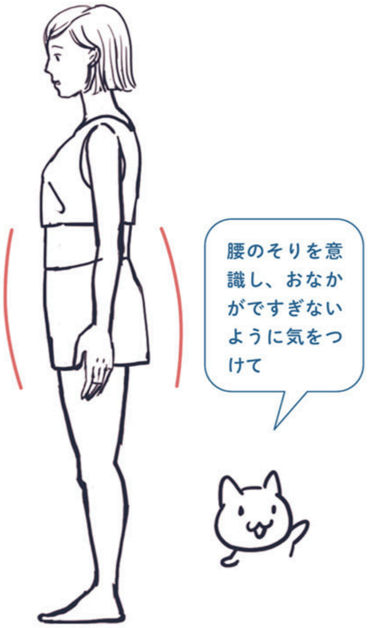
背中とお尻が垂直


首からお尻にかけてゆるやかな逆S字を描こう。お尻が大きいので、くびれがより強調されるよ

手の角度がおかしい

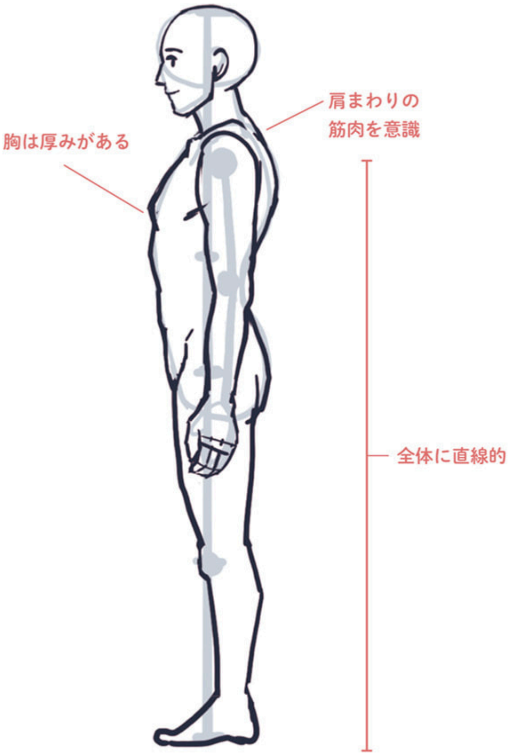

力を抜いて自然に手をおろすと、手の甲が見えるよ
イタタタ…

太って見える


腰のそりを意識し、おなかがですぎないように気をつけて

肉付けをする 男性

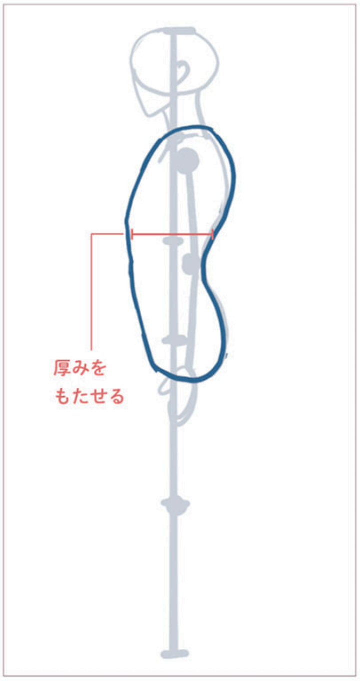
「棒人間を描く」（p.130~131）に、男性の特徴をイメージしながら、肉付けをします。横向きの男性は肩まわりの筋肉や胸の厚みを意識して、上半身にボリュームをもたせましょう。脂肪が女性ほどないので、直線的な線を意識して。


胸は厚みがある
肩まわりの筋肉を意識
全体に直線的

胴体のアタリ（下描きの線）を描く

1

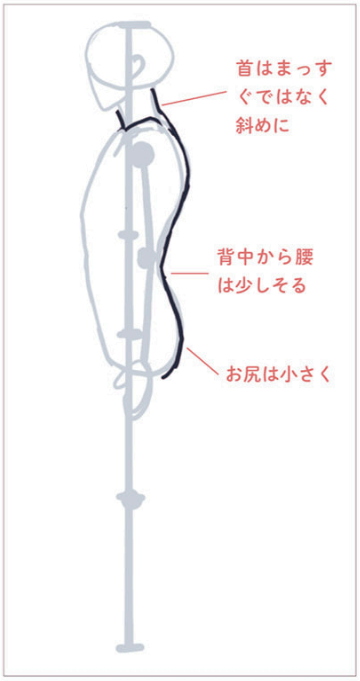
「棒人間を描く」（p.130~131）を薄く描く。胴体に、ピーナッツを変形させた形を描く。女性（p.132）より、胸の幅を厚くする。



首からお尻を描く

2

1をもとに、首からお尻まで直線的な線で描く。

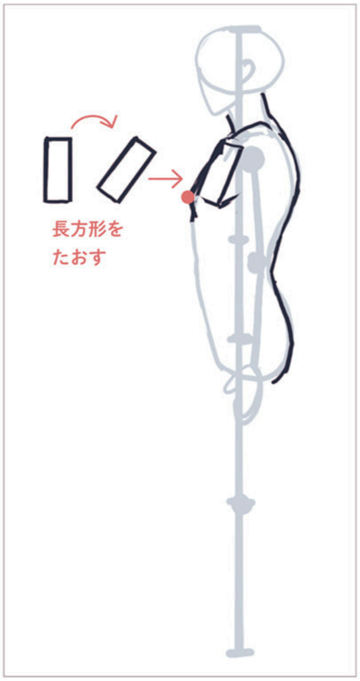

首はまっすぐではなく斜めに
背中から腰は少しそる
お尻は小さく

胸を描く

3

長方形を斜めにした形をイメージして胸を描く。わきの少し下がバストトップになるように。

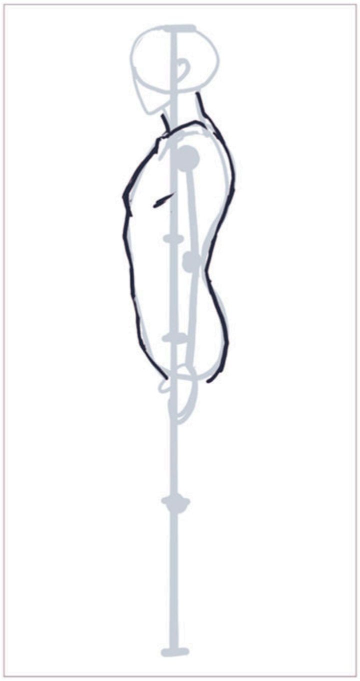
胸の中に板を入れているようなイメージ。胸板は厚くする。



おなかを描く

4

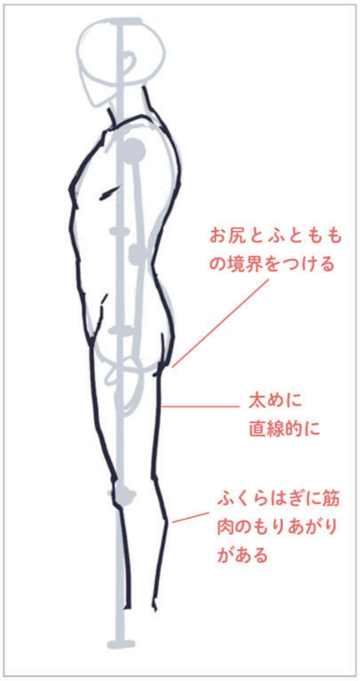
1をもとに、おなかを描く。胸下から、ゆるやかに股下に向かって線を描く。



足を描く

5

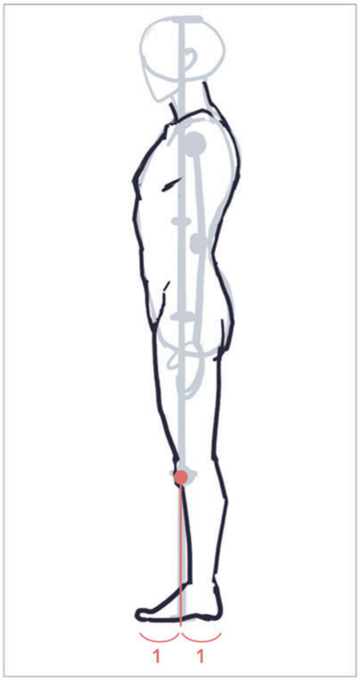
足の付け根は少し幅広く描きはじめ、ひざの関節まで描く。すねは中心線の内側を通るようにする。ひざを中心に全体にゆるやかなS字をイメージ。お尻とふとももをなめらかにつなげる。


お尻とふとももの境界をつける
太めに直線的に
ふくらはぎに筋肉のもりあがりがある

6

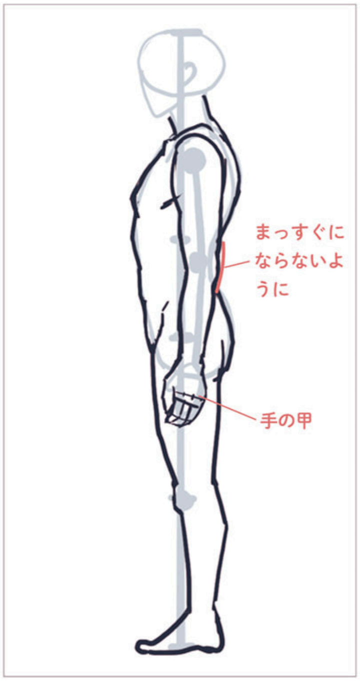
ひざから垂直におろした線が足の中央になるように、つま先まで描く。

足は大きく、甲を少し高く。



手を描く

7

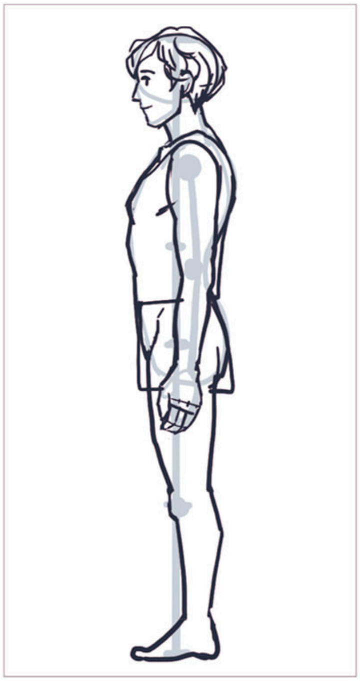


腕は筋肉を意識して描く。手は大きめにする。手は甲が見える。

関節を強調する。腕はまっすぐにしすぎないほうが、自然になる。

頭部を描く

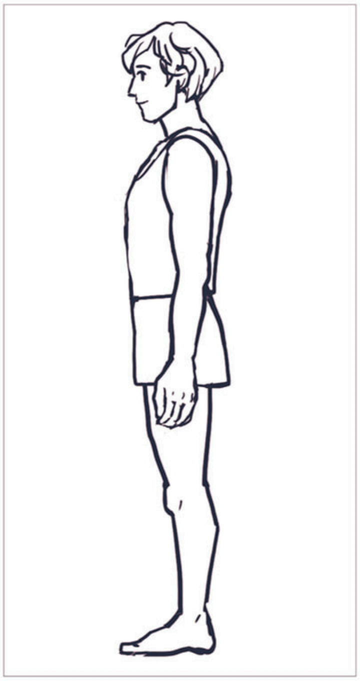
8



「横顔を描く」（p.42～45）と同様に描く。耳の付け根は線上にくる。

あごやエラの部分をはっきり描くと力強い印象の顔に。

Finish

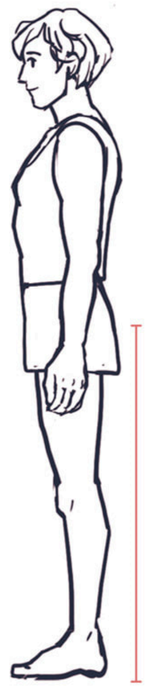


髪や服を描いて完成。

髪の詳しい描きかたはp.50～p.69、服はp.178～p.207を参考にしよう。

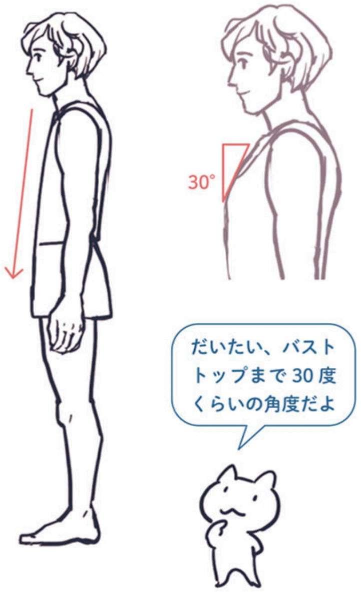
Point
ポイント

基本の比率に気をつけながら、みばえがよくなるように足を長くしてもいいね！

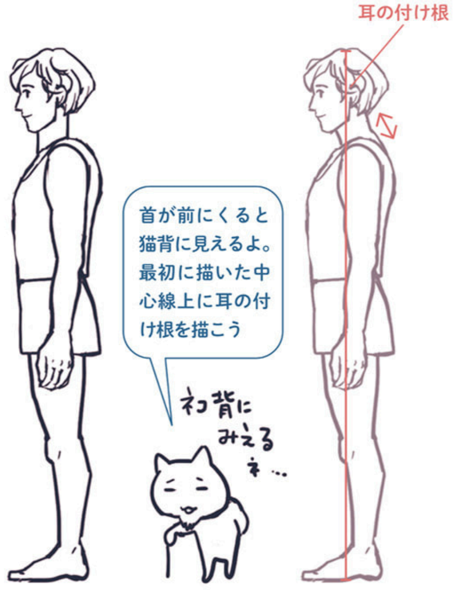


NG
よくある失敗

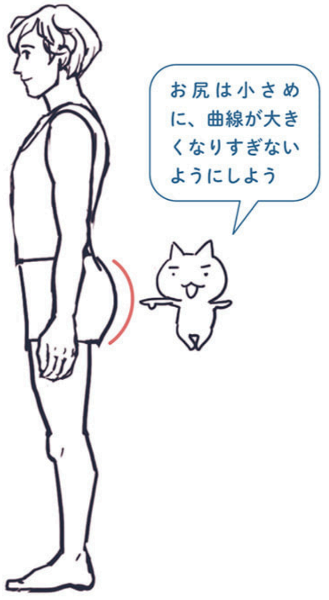
胸が垂直すぎ


30°
だいたい、バストトップまで 30 度くらいの角度だよ

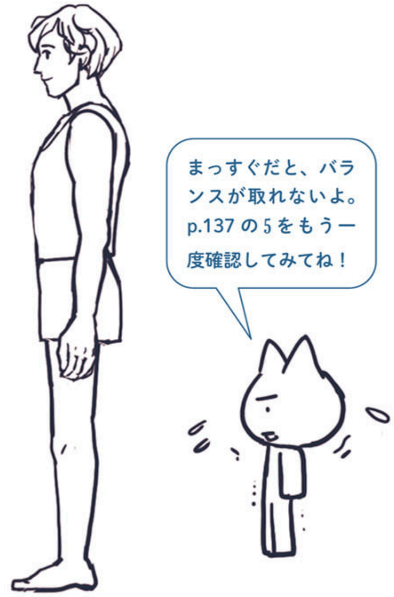
首が前にですぎ


耳の付け根
首が前にくると猫背に見えるよ。最初に描いた中心線上に耳の付け根を描こう
ネコ背に みえる ぞ…

お尻がですぎ

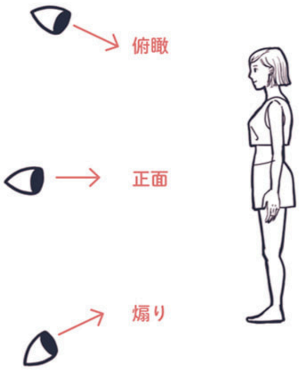

お尻は小さめに、曲線が大きくなりすぎないようにしよう

脚をまっすぐに描きすぎ


まっすぐだと、バランスが取れないよ。p.137 の 5 をもう一度確認してみてね！

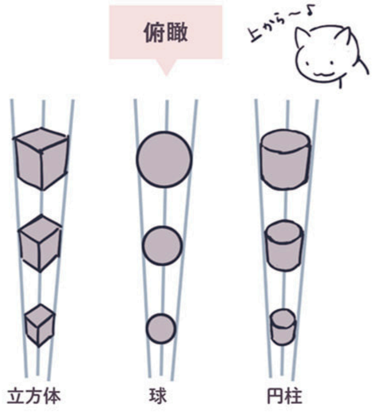
基本をチェックしよう

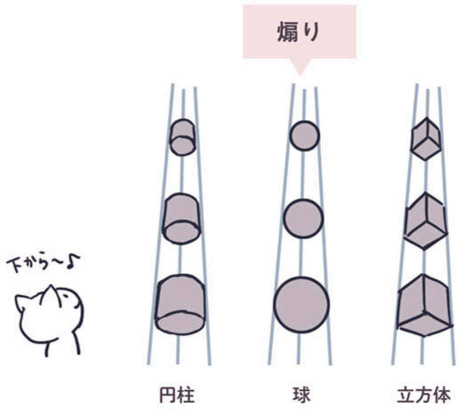
体を描くのに慣れてきたら、今度は視点を上下にかえて「俯瞰」と「煽り」をマスターしましょう。



パースの知識も身につけて煽りと俯瞰を描こう

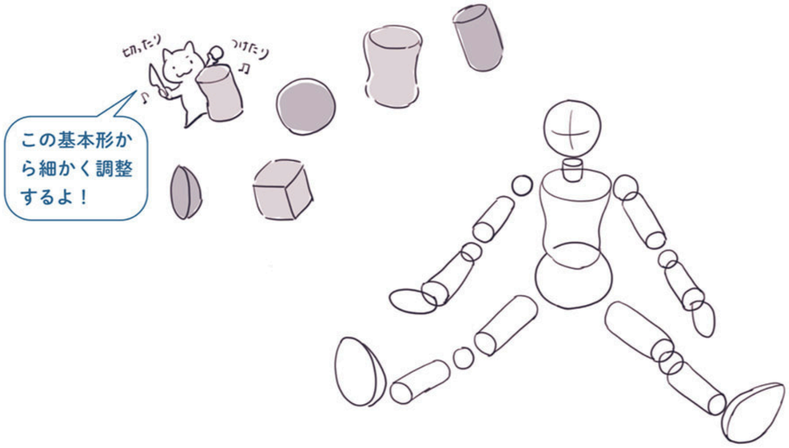
LESSON1 でも練習した俯瞰と煽り（p.70 ～ p.91）。上から見下ろす角度を「俯瞰」、下から見上げる角度を「煽り」といいます。今度は体もつけて練習しましょう。ここでは自分から物体が遠くなるほど小さく見えるという、パースの知識が必要になりますよ。


俯瞰
上から～♪
立方体
球
円柱


煽り
下から～♪
円柱
球
立方体

立体的な形で体を考えよう

俯瞰、煽りを描くときは、体の割合を意識しながらパースにあわせます。体のパーツを立体に置きかえて考えましょう。頭は球、腕や足は円柱、体は変形した円柱や立方体、お尻は球体、と単純に考えます。


切ったり
つけたり
♪
この基本形から細かく調整するよ！

俯瞰・煽りはなにが違う？

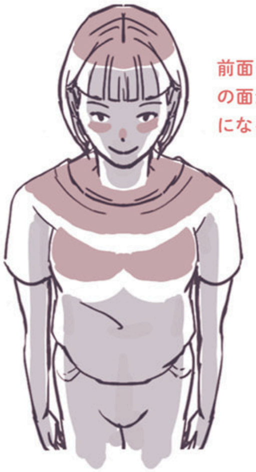
煽りと俯瞰では目線がかわるぶん、正面に比べて体をより立体的にとらえなければいけません。見下ろすアングルの俯瞰では上面、見上げるアングルの煽りでは下面を描く必要があります。

俯瞰

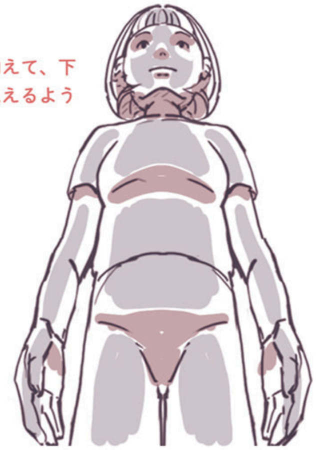
上から見下ろすので、見ている人からは頭部が近く足が遠くなります。頭から足に向かって段々と小さく描きます。

俯瞰

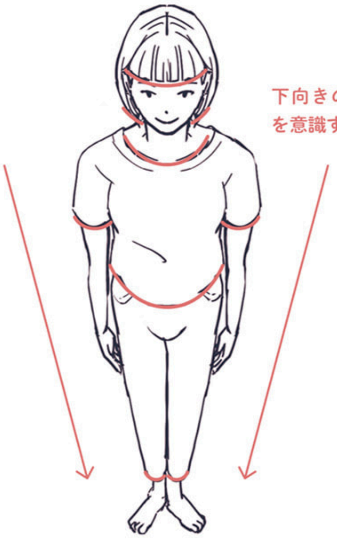
下から見上げるので、足が近く頭部が遠くなります。足から頭に向かって段々と小さく描きます。



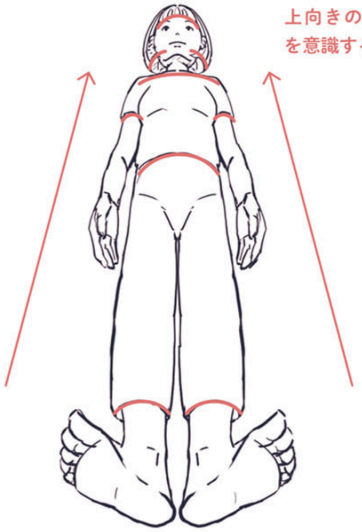
前面に加えて、上の面が見えるようになる。



前面に加えて、下の面が見えるようになる。



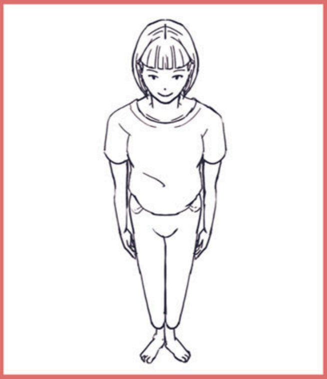
下向きの曲線を意識する。



上向きの曲線を意識する。

俯瞰（ふかん）を描く

俯瞰とは、上から見下ろす角度です。頭から足に向かって、だんだんと小さくなっていきます。上の面が見えるようになり、形をとるとき下向きの曲線をよくつかうようになります。

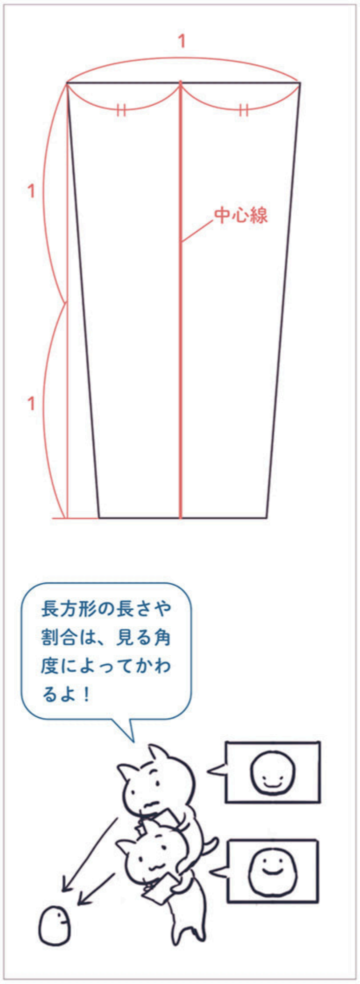


パースを描く

1

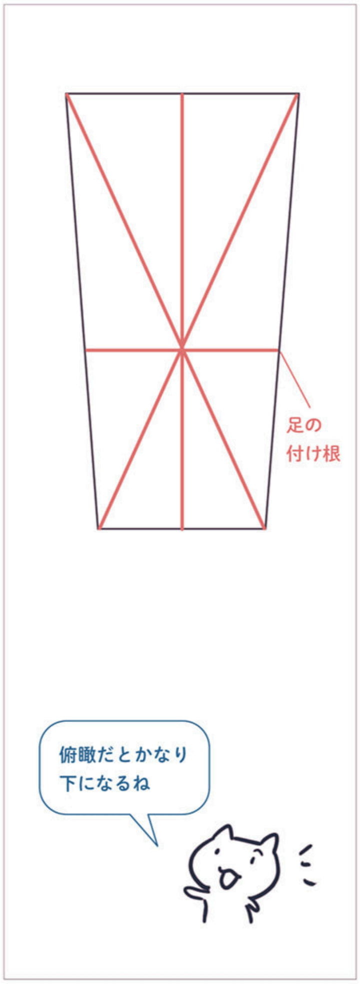
左右対称で、下にいくほど少しずつ幅が狭くなる長方形を描く。縦の中央に中心線を描く。

パースを意識して描こう。今回は上辺に対して、たて（垂直に線をおろした位置）は2倍の長さ。


1
1
1
中心線
長方形の長さや割合は、見る角度によってかわるよ！

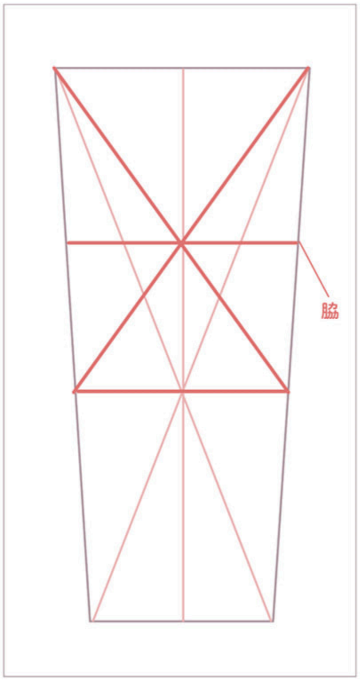
2

対角線を描き、交差したところに横に線を描く。ここが足の付け根の位置になる。


足の付け根
俯瞰だとかなり下になるね

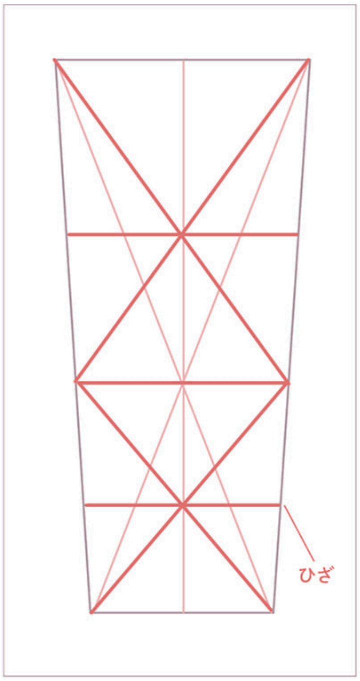
3

足の付け根から上の部分に対角線を描き、交差したところに横に線を描く。ここが脇の位置になる。



4

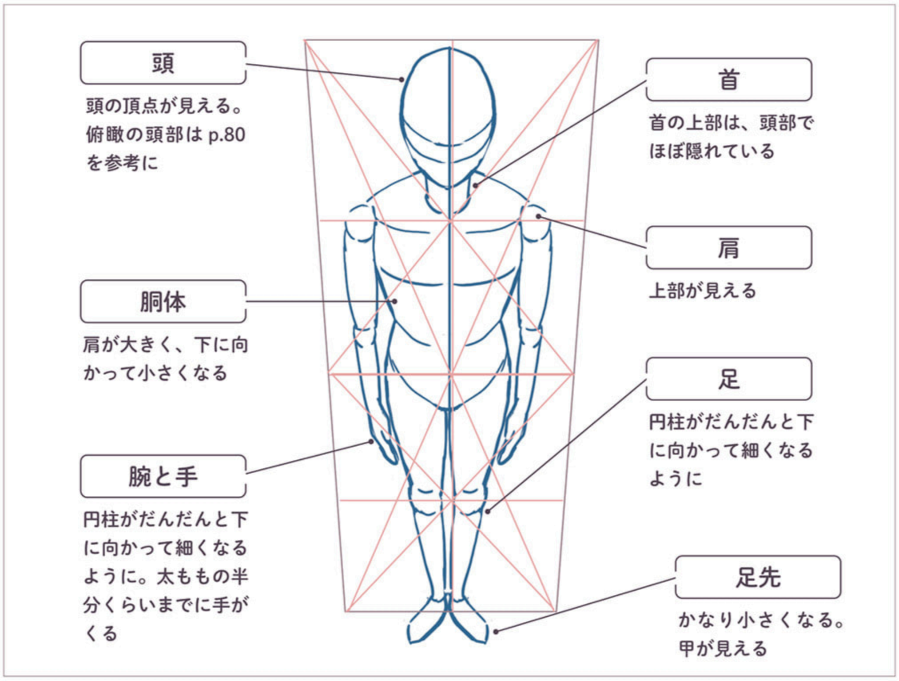
足の付け根から下の部分に対角線を描き、交差したところに横に線を描く。ここがひざの位置になる。



アタリ（下描きの線）を描く

5

立体を意識して、体のアタリを描く。頭部、胴体、足に向かってだんだん小さくなるように描いていく。



頭

頭の頂点が見える。俯瞰の頭部はp.80を参考に

首

首の上部は、頭部でほぼ隠れている

肩

上部が見える

胴体

肩が大きく、下に向かって小さくなる

足

円柱がだんだんと下に向かって細くなるように

腕と手

円柱がだんだんと下に向かって細くなるように。太ももの半分くらいまでに手がくる

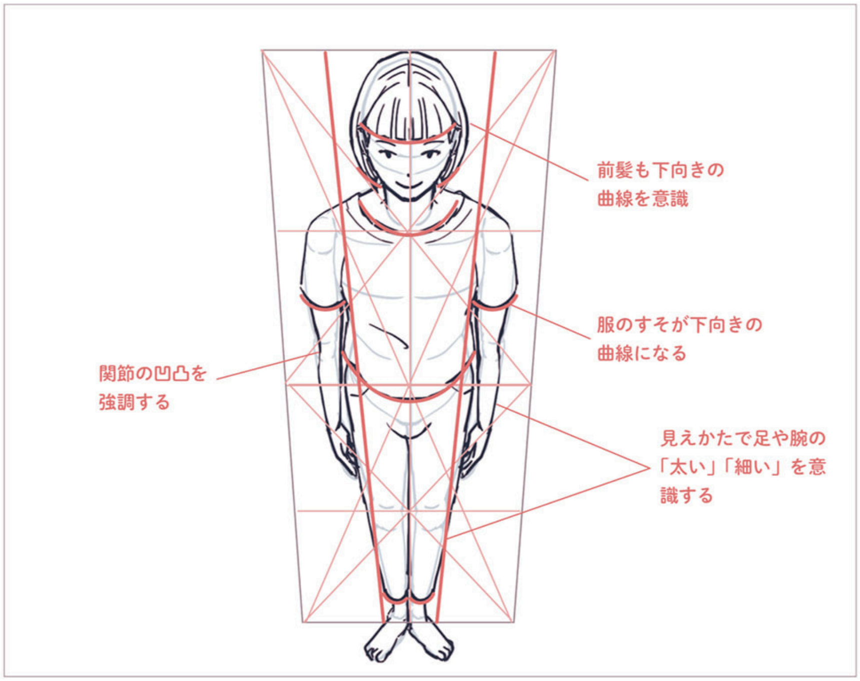
足先

かなり小さくなる。甲が見える

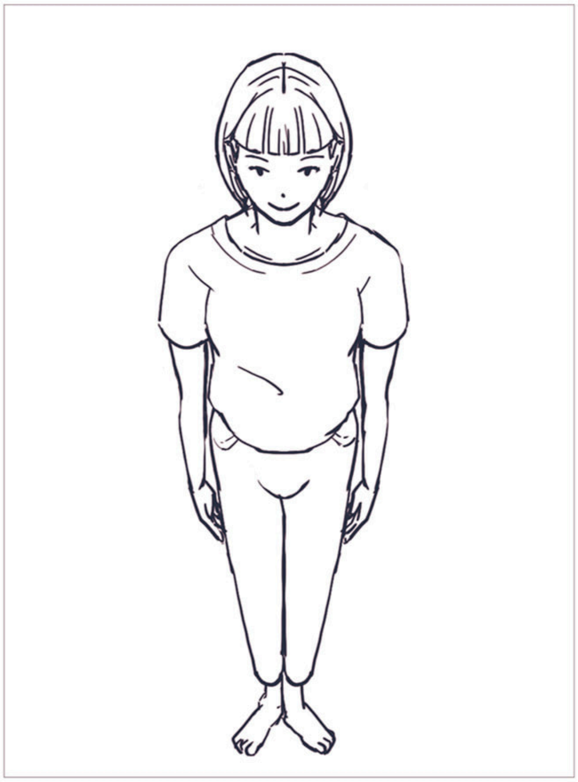
実際の線を描く

6

実際の線を描く。髪を描いたり服を描いたりして整える。中心線の両側に細くなる縦線を入れておくと描きやすい。左右対称になるように、P.143の体の部位を確認しながら進めよう。


前髪も下向きの曲線を意識
服のすそが下向きの曲線になる
関節の凹凸を強調する
見えかたで足や腕の「太い」「細い」を意識する

Finish



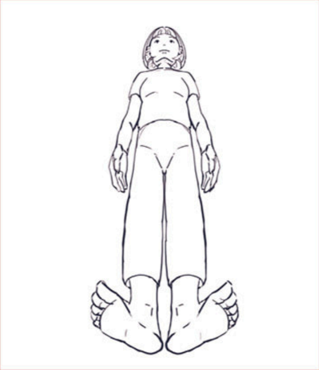
わからなくなったら、自分を写真で撮ったり、だれかにモデルになってもらうのもいいね

Lesson 2
体を描く

俯瞰・煽り

煽りを描く

煽りとは、下から見上げる角度です。足から頭に向かって、だんだんと小さく描きます。下の面が見えるようになり、形をとるとき上向きの線をよく使うようになります。

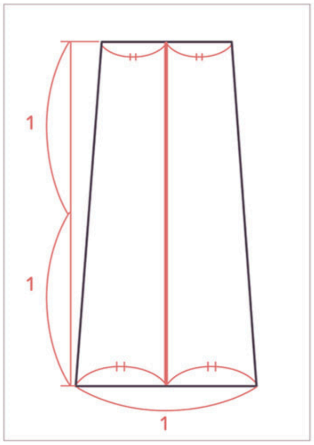


バースを描く

1

左右対称で、上部が狭くなる長方形を描く。縦中央に中心線を描く。

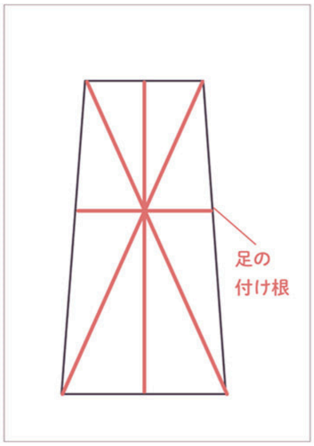
パースを意識して描こう。今回は縦が1だとすると、横はその3倍の長さ。



2

対角線を描き、交差したところに横に線を描く。ここが足の付け根になる。

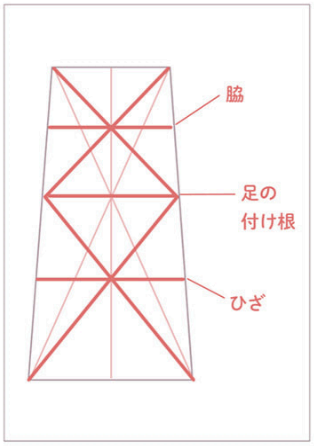
煽りだと、正面に比べて足の付け根が上になる。



足を描く

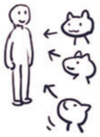
3

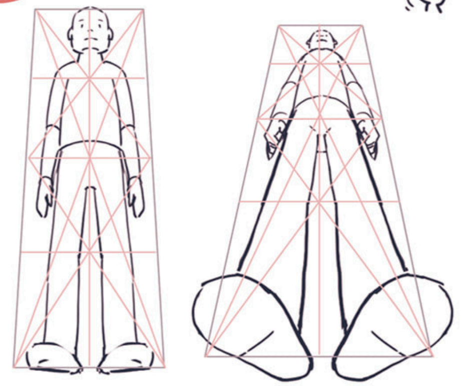
足の付け根から上部分に対角線を描き、交差したところに横に線を描く。ここが脇になる。下のスペースに対角線を描き、交差したところに横に線を描く。ここがひざになる。



Point ポイント

見る角度が変わると、四角形のバランスもかわる。いろいろと試してみよう！

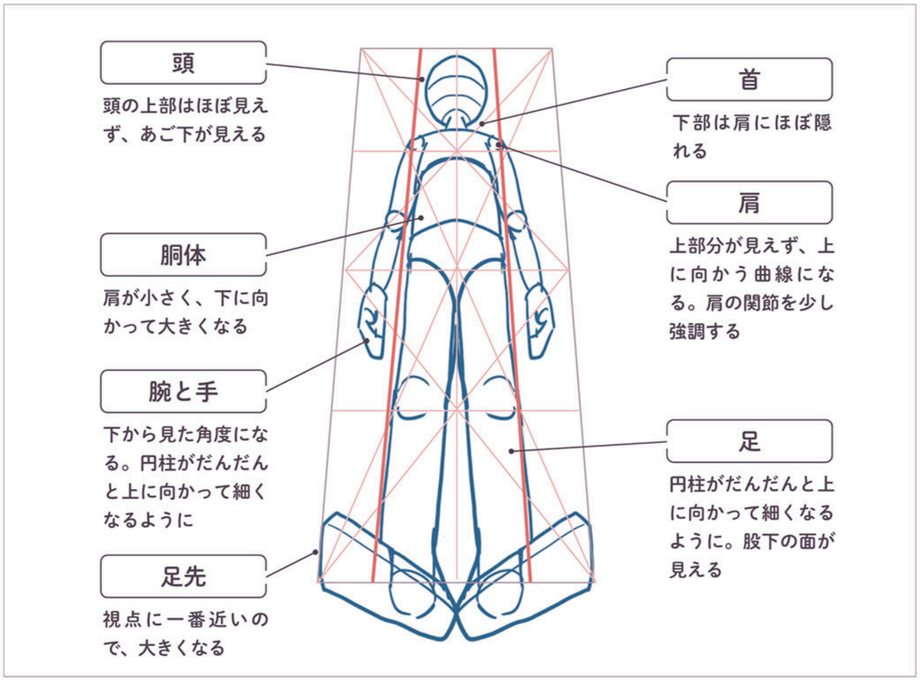




アタリ（下描きの線）を描く

4

立体を意識して、体のアタリを描く。頭部、胴体、足に向けてだんだん大きくなるように描いていく。



頭

頭の上部はほぼ見えず、あご下が見える

胴体

肩が小さく、下に向かって大きくなる

腕と手

下から見た角度になる。円柱がだんだんと上に向かって細くなるように

足先

視点に一番近いので、大きくなる

首

下部は肩にほぼ隠れる

肩

上部分が見えず、上に向かう曲線になる。肩の関節を少し強調する

足

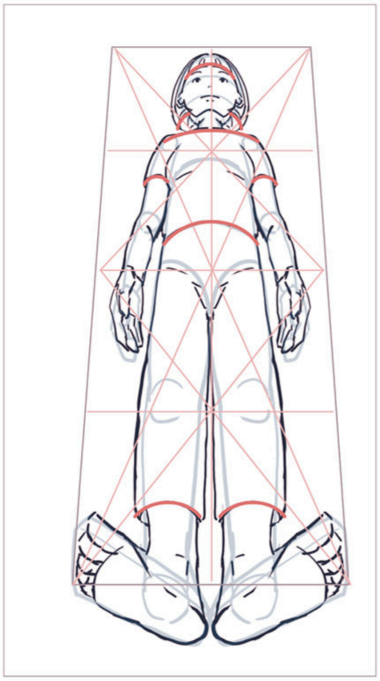
円柱がだんだんと上に向かって細くなるように。股下の面が見える

実際の線を描く

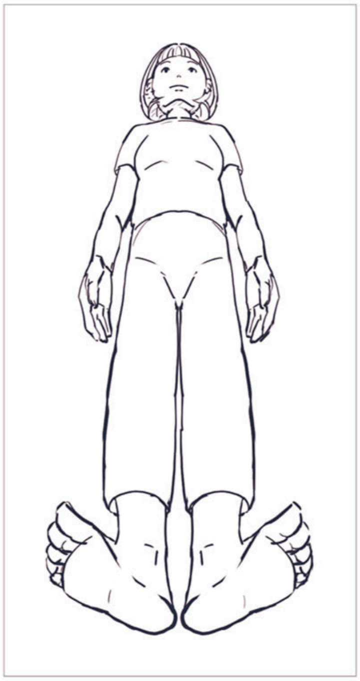
5

実際の線を描く。髪を描いたり服を描いたりして整える。

関節の凸凹を強調する。



Finish

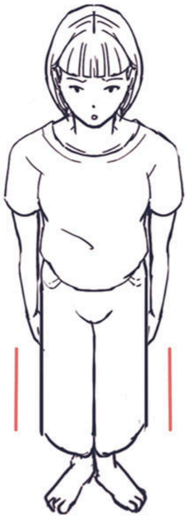


NG
よくある失敗

俯瞰

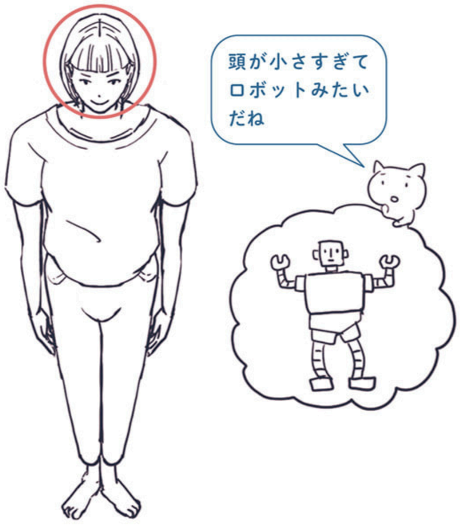
足が太くて垂直

俯瞰だと足は視点から遠くなるので、
だんだん小さく細くなる。



頭が小さすぎる

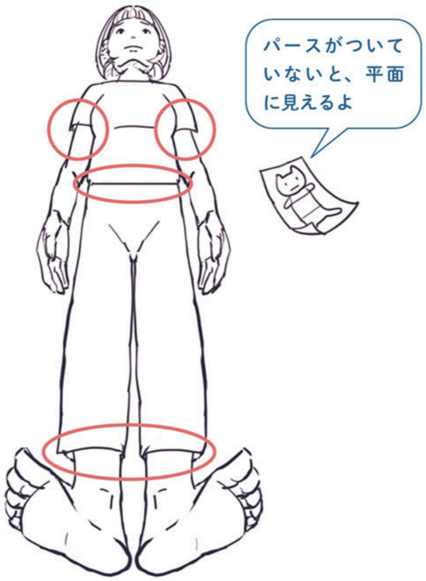
頭は視点から近い。
視点に近くなるほど大きくなる。


頭が小さすぎて
ロボットみたい
だね

煽り

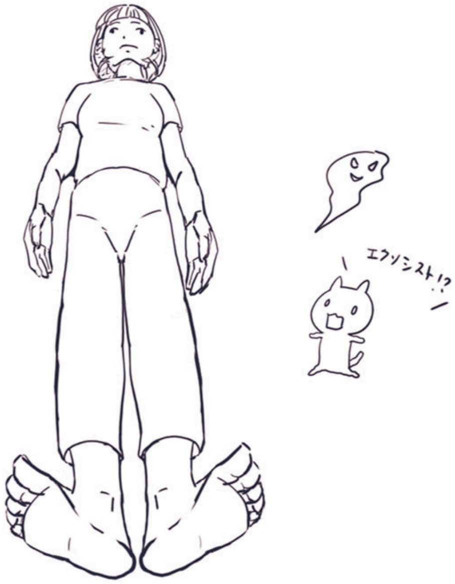
服のすそがまっすぐになっている

煽りは上向きの曲線を意識して。
p.146 と比べてみよう。


パースがついて
いないと、平面
に見えるよ

体がゆがんで見える

煽りでも、正面から見ているなら左右対称になる。
中心線を意識して描こう。



Lesson 2
手を描く

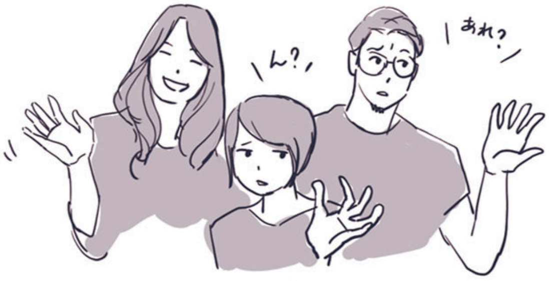
手の構造

基本をチェックしよう

手はイラストを描くときにとても大切な部分ですが、複雑なので苦手な人も多いようです。ここで基本の知識をマスターしましょう。

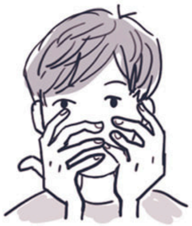
かんたんに描けるコツで苦手意識をなくそう

手を描くことがむずかしいと感じるのには理由があります。まず、指の骨5本をそれぞれの動きにあわせて描くのが複雑に感じるから。また、ふだん見慣れている部分なだけに、描いたときの間違いもわかりやすいのですね。でも、手は顔に続き、動きや感情をあらわしやすい部位。できるだけかんたんに、自然に手を描くためのコツをマスターして、苦手意識をなくしましょう。

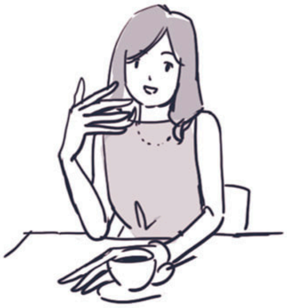


気持ちをあらわしたり、ポイントを示すときにも手を加えるだけでぐっとわかりやすくなるね！

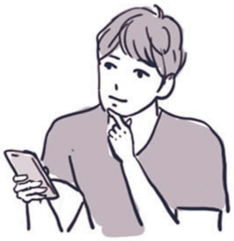
NG
よくある失敗



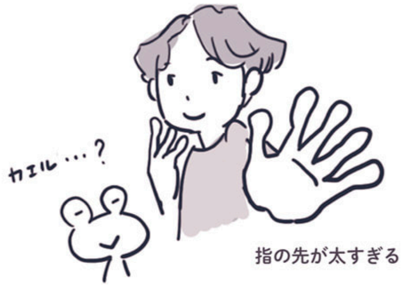
指の曲がりかたがおかしい



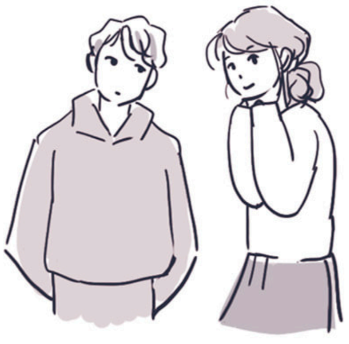
指が長すぎる



手が小さすぎる



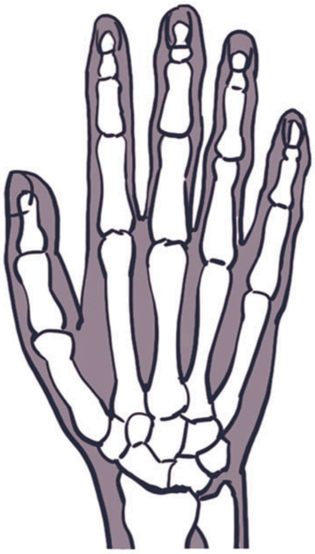
指の先が太すぎる

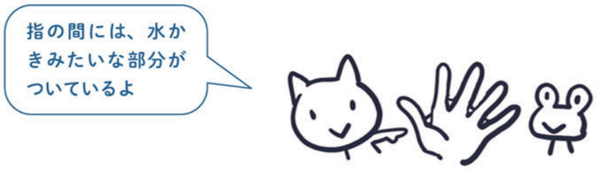


そもそも手を描かないようにしてしまう

手の特徴を知る

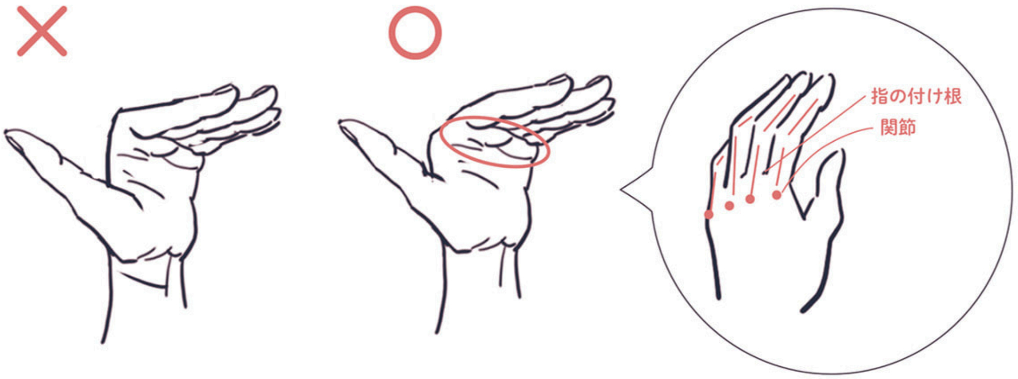
必ず自分の手をみて確認しながら描いてみましょう。実物に勝るものはありません。「手」というと、手のひらに大きな骨があると思われがちですが、右図のように、すぐに５つの長い指のようにわかれています。ここに手のひらの筋肉や皮膚がついているのです。




指の間には、水かきみたいな部分がついているよ

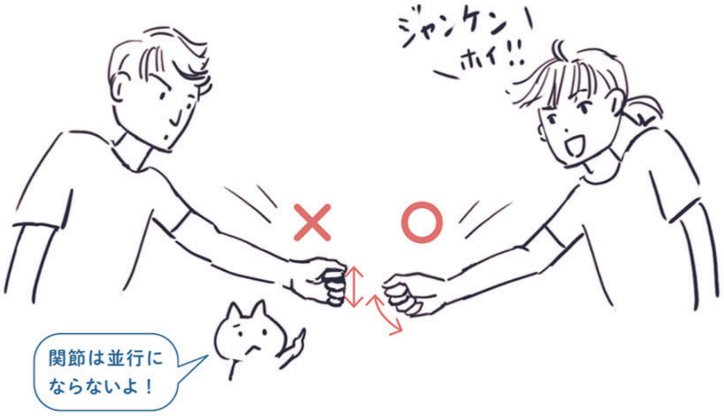
指はどこから曲がる？

よく間違いやすいのが、指を曲げるときの関節の位置です。指の付け根の部分で曲がると思いがちですが、実は関節の位置で曲がります。



グーのときはどうなっている？

ギュッと手を握りしめたとき、指の関節は、水平になっていません。小指の方へ向かってカーブになっています。自分の手で確認してみましょう。

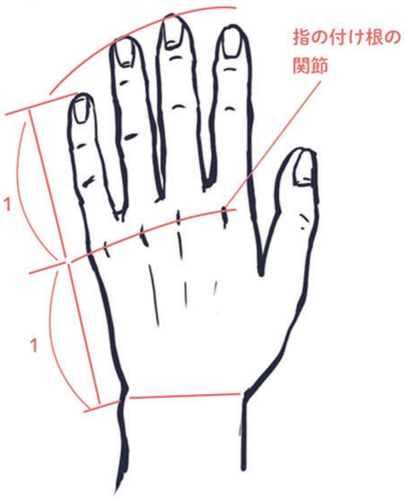

ジャンケン！ホイ!!
×
○
関節は並行にならないよ！

手のパーツの割合、特徴を覚えよう

手の大きさや指の長さ、関節の位置などの割合をマスターして、正しく描けるようになりましょう。
割合は個人差があるので、目安として覚えましょう。

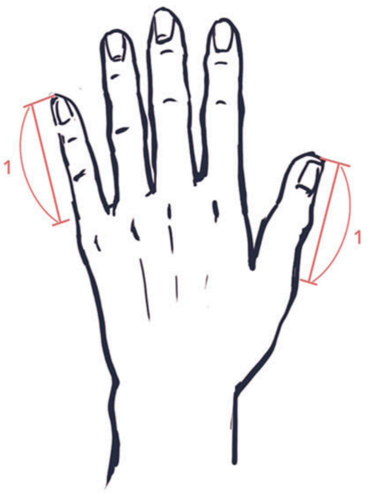
Point 1 指の付け根の関節で二等分する

手の甲側から見て、手首から指の付け根の関節までと、指までの長さはほぼ同じになります。


指の付け根の関節
1
1

Point 2 小指と親指は同じくらいの長さ

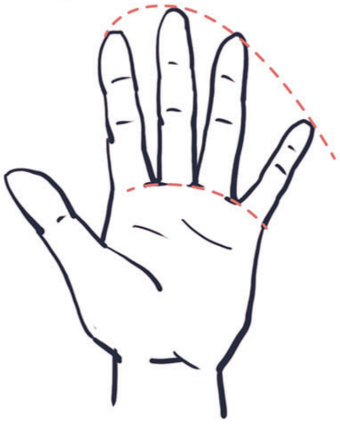
親指が短く感じるのは、手の下のほうについているから。実は小指とほぼ同じです。



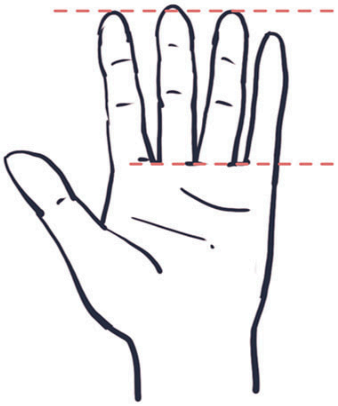
Point 3 手の関節や付け根は水平ではなく曲線になっている

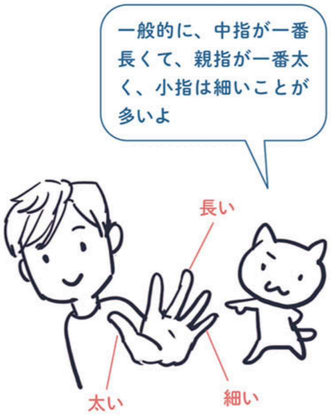
人差し指から小指は、同じ場所からスタートしていると思いがちですが、なだらかなカーブになっています。関節や指の長さも同様です。

○



✕

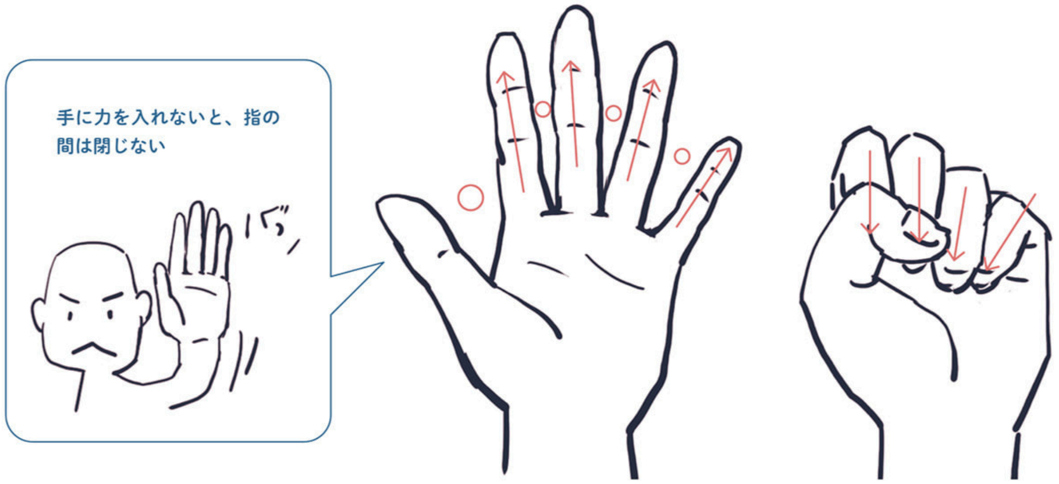



一般的に、中指が一番長くて、親指が一番太く、小指は細いことが多いよ
長い
太い
細い

Point 4

手を自然に広げると指どうしの間にすき間ができる

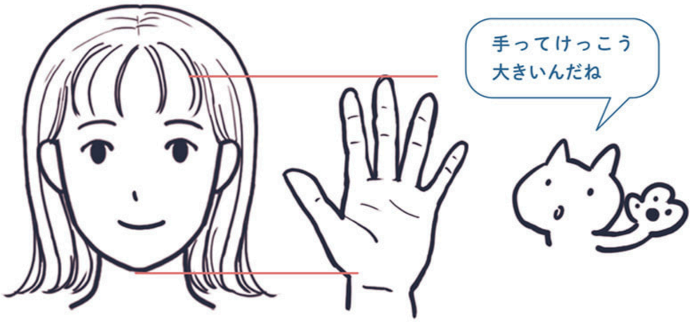
意識して力を入れないと、手は自然に開きます。手を握ったときは、人差し指、中指、薬指はほぼ垂直に曲がりますが、小指だけ内側に曲がります。


手に力を入れないと、指の間は閉じない
バッ

Point 5

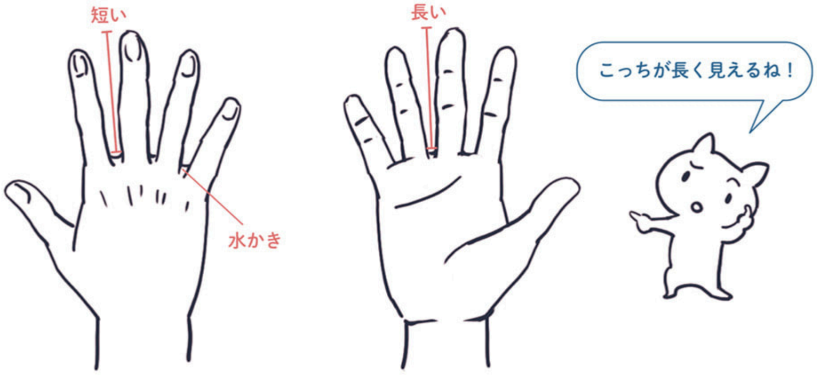
手と顔の大きさはほぼ同じ

手の大きさは、顔とほぼ同じです。ついつい手を小さく描きがちなので、気をつけましょう。


手ってけっこう大きいんだね

Point ポイント

手のひら側から見た場合と、手の甲側から見た場合だと、同じ手でも指の長さが違って見える。

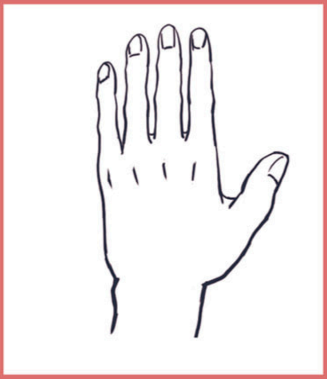

短い
水かき
長い
こっちが長く見えるね！

Lesson 2
手を描く

手の構造

開いた手を描く

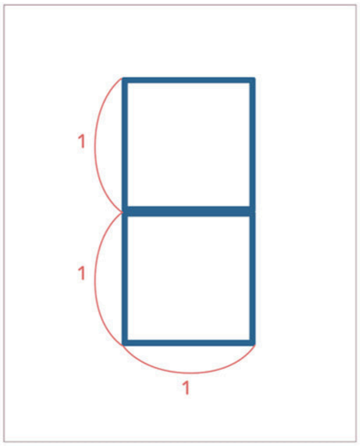
なんとなく雰囲気で描くのではなく、きちんとアタリをとり、特徴をとらえて描きましょう。最初から完ぺきに描こうとしなくてOK。何回も自分の手で練習することが大切です。



アタリ（下描きの線）を描く

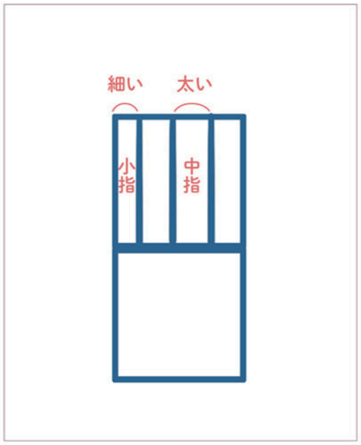
1

同じ大きさの正方形をふたつ描く。



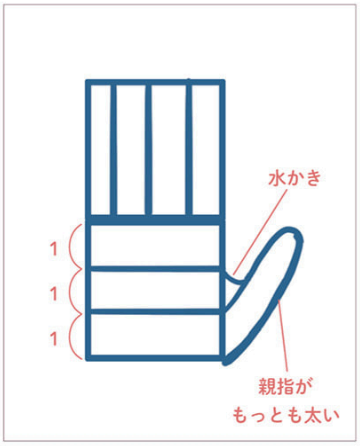
2

上の正方形を、縦に4つに割る。指になるので、小指は細く、中指は少し太くなるように。



3

下の正方形を横に三等分する。一番下のところから斜めに親指を描き、その上に逆三角形に水かきを描く。


水かき
1
1
1
親指が
もっとも太い

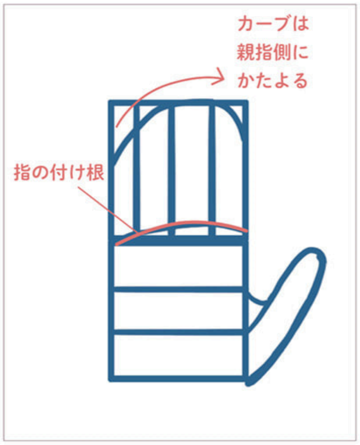
Point ポイント

親指はほかの指とは違い、斜め上に描く。水かきのような三角形がつくよ。

5本の指で親指がもっとも太くなるよ

4

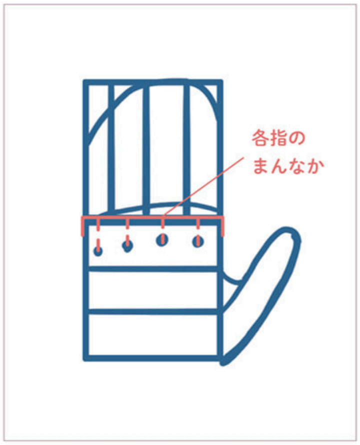
指先側を曲線で描く。小指が一番短く、中指が一番長くなる。指の付け根は、下の正方形にそって曲線を描く。


カーブは
親指側に
かたよる
指の付け根

5

下の正方形の、一番上の四角に、指の付け根の関節に印を描く。

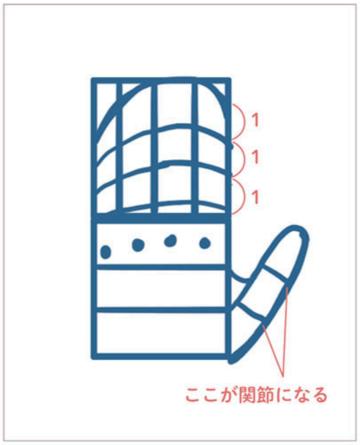
各指の幅のまんなかに、印を描こう。ずれないように注意。



実際の線を描く

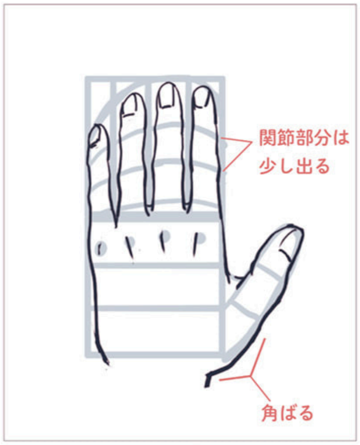
6

付け根から指先までを3分割する。親指も3分割する。


1
1
1
ここが関節になる

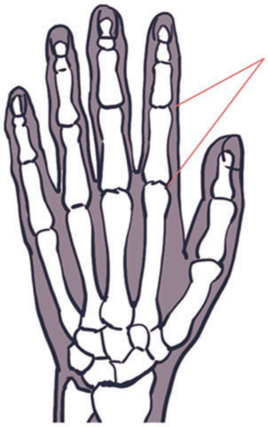
7

だいたいの形がとれたら、実際の線を描く。親指の下の角ばった部分や爪も描く。


関節部分は
少し出る
角ばる

Point
ポイント

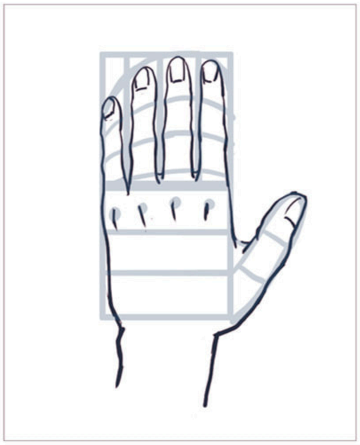
指はまっすぐではなく、関節の位置に少し凹凸があるよ。関節の位置を自分の手でも確認しよう。


関節の位置に少し
凹凸が出る

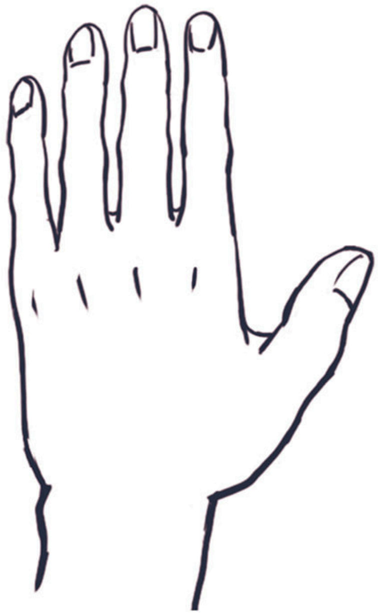
8

手首を描く。

手を描くときは、手首まで描くくせをつけよう。

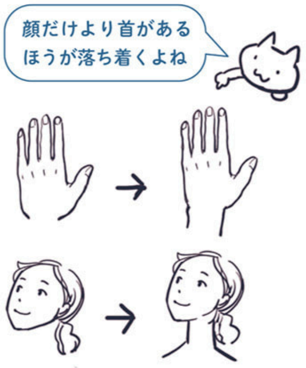


Finish



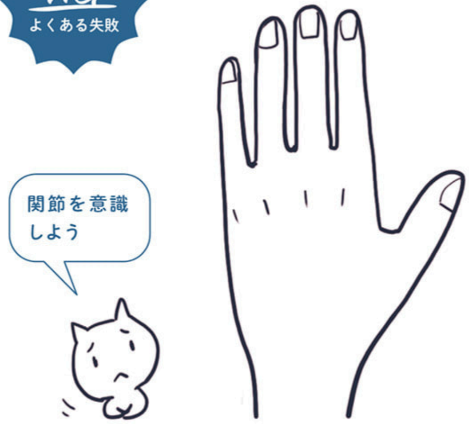
Point ポイント

顔を描くときに首まで描くのと同様に、手も手首があったほうがバランスを見やすい。

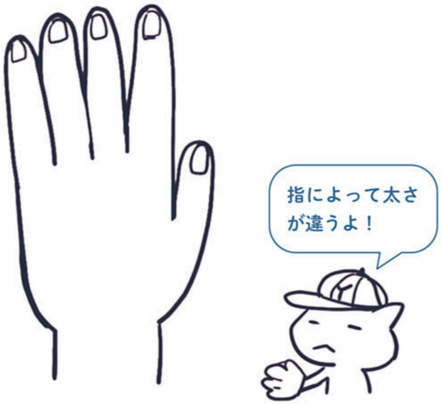

顔だけより首があるほうが落ち着くよね

NG よくある失敗

手と指がつるつるでまっすぐ。



指が同じ太さ。

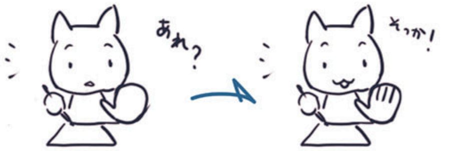

指によって太さが違うよ！

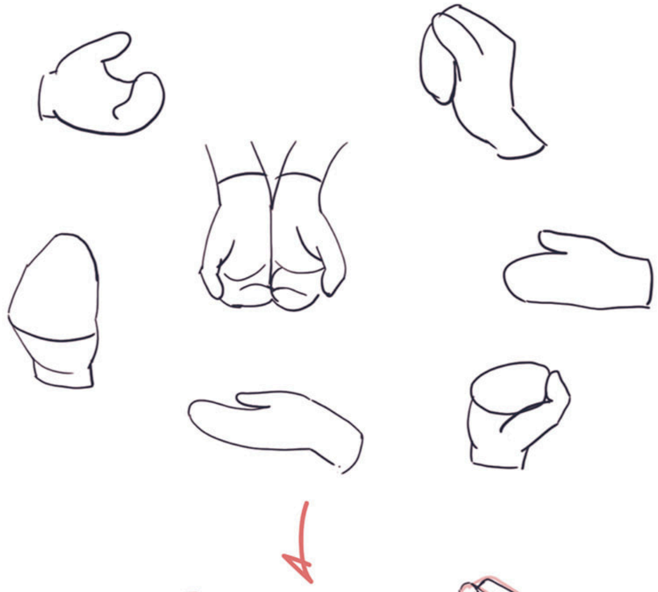
+1 プラスワンテクニック

ミトンの法則でかんたん！

手の特徴がわかってもむずかしい！と感じるときは
ミトンの法則でさらにかんたんに考えてみましょう。

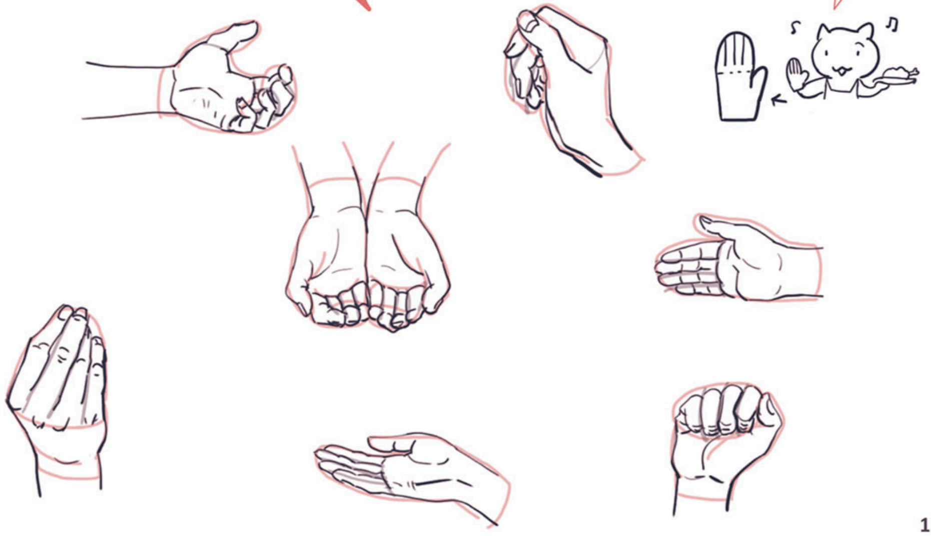
手を描くのがどうしても苦手、複雑で大変、と思うなら、まずはミトンの形に置きかえてみましょう。ミトンとは親指だけが別になっている手袋のこと。この形で描くことからスタートしてみましょう。





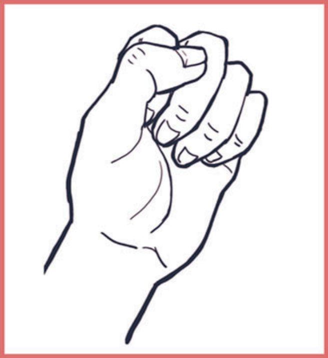
ミトンの形はシンプルだから、とっつきやすいね

ミトンに指をつけると、手っぽくなる！



握った手を描く

手をグーに握ったところを描きます。関節の角度や、見える場所を意識して描きましょう。指先からひとつ目の関節から下はあまり見えません。

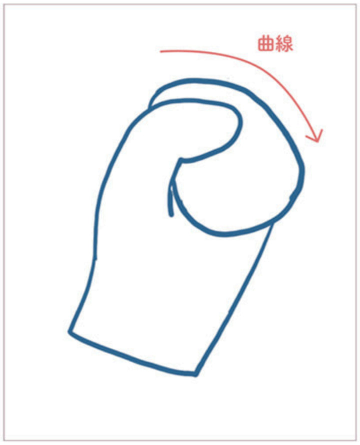


アタリ（下描きの線）を描く

1

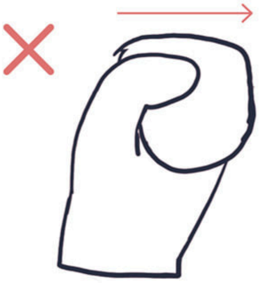
親指を描く。親指以外の指は、ひとかたまりとして描く。

ミトン（p.55）をつけて、グーの形にしているところをイメージする。



Point ポイント

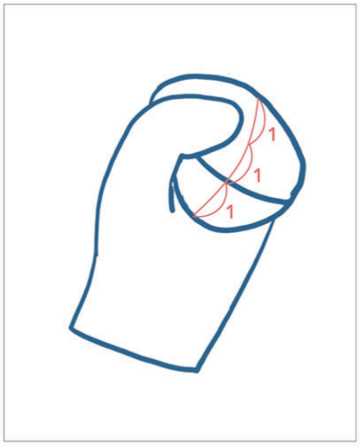
小指にかけて、曲線になるように描くこと。関節で曲げると水平にはならないので注意。



2

下から3分の1程度のところにひとつ目の関節を描く。

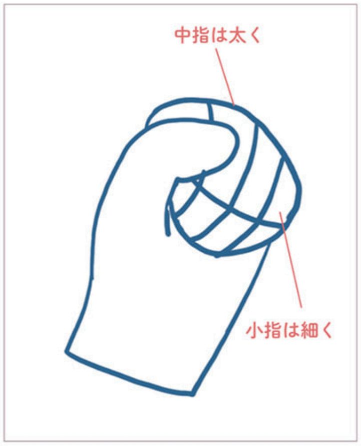
指先からひとつ目の関節以外は、見える範囲が少なくなる。



3

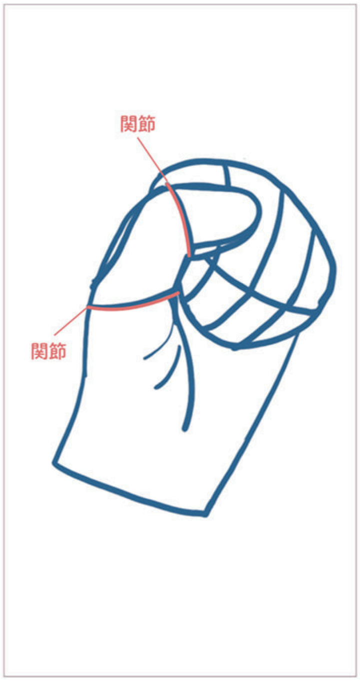
かたまりを4本の指にわける。2の関節で線が折れるように描く。

均等にわけず、指によって太さをかえる。


中指は太く
小指は細く

4

親指の関節を描く。一番太い指なので、ふたつの関節をしっかりと描く。手を握ったことでもりあがる筋肉やしわも描く。

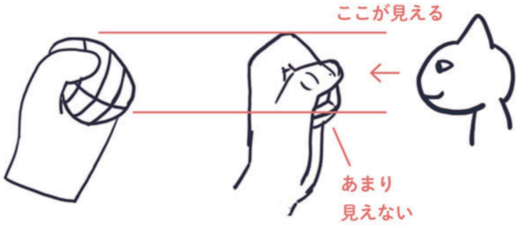


Point ポイント

小指は細く、中指は太くなるように描こう

小指を細く〜
中指を太く〜

指先からひとつ目の関節より下は、見えにくいんだね

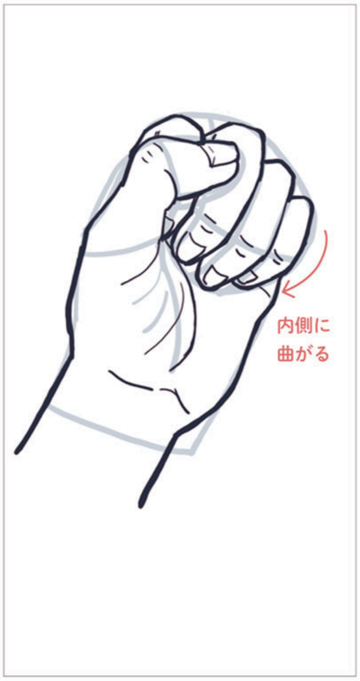

ここが見える
あまり見えない

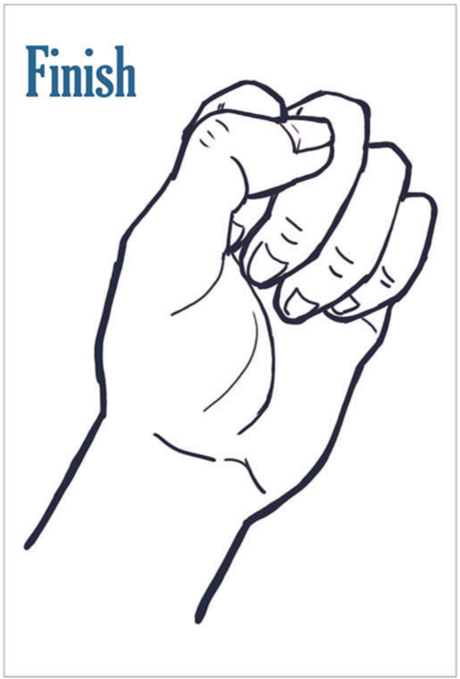
実際の線を描く

5

親指の下にできるふくらみや、ひっぱられてできるしわなどを意識して、実際の線で描く。爪、手首も描く。

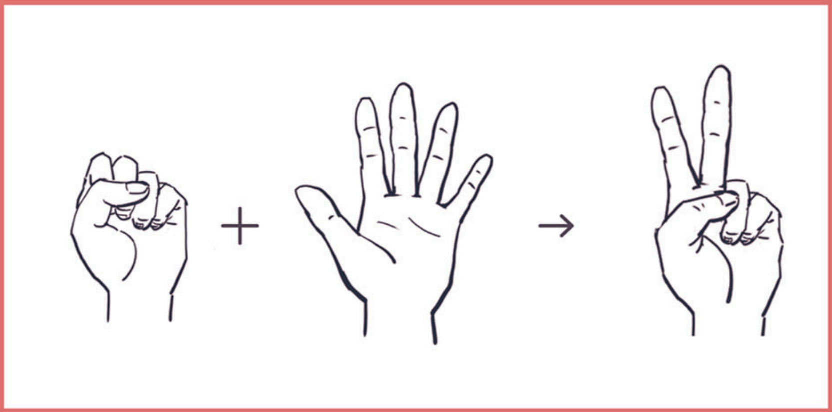
小指は内側に曲がる。





ピースを描く

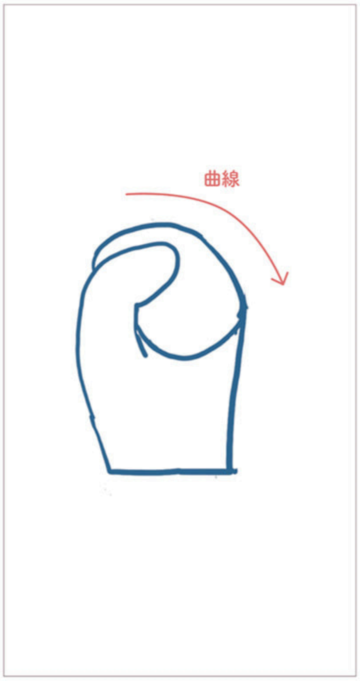
ピースは握った手と、広げた手の組み合わせと考えましょう。この形にすることで、親指の筋肉は寄せられてふくらみ、しわができます。



アタリ（下描きの線）を描く

1

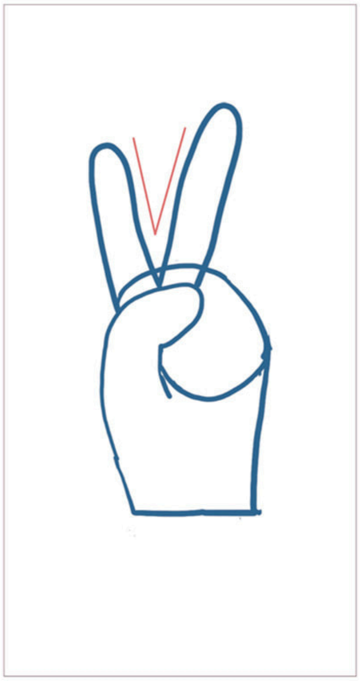
「手を握る」1（p.156）と同様に描く。



2

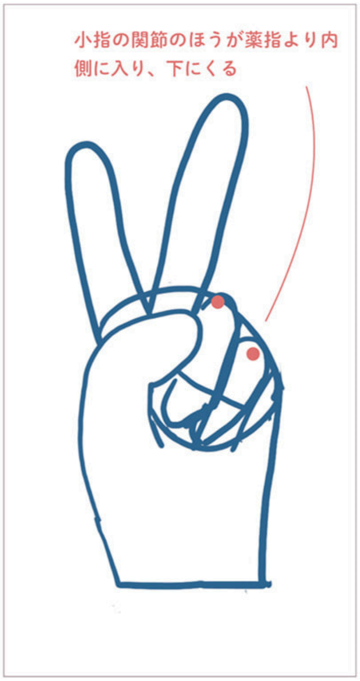
1の円の上に、Vの字を描くイメージで人差し指と中指を描く。

人差し指より中指を長くすること。



3

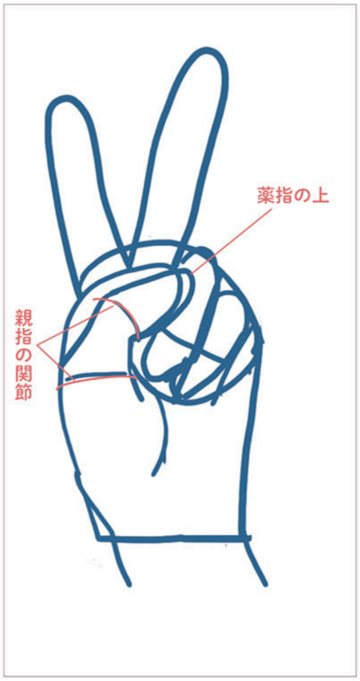
薬指と小指を描く。


小指の関節のほうが薬指より内側に入り、下にくる

4

親指の関節を描く。1番太い指なので、2つの関節をしっかりと描く。指先は、薬指の上になる。

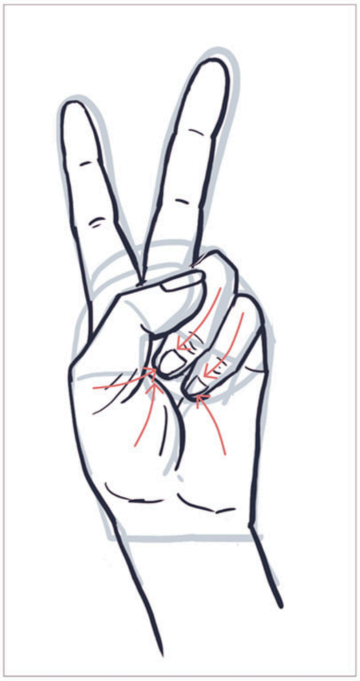
親指の関節を意識してきっちりと描くと、よりピースらしく見える。

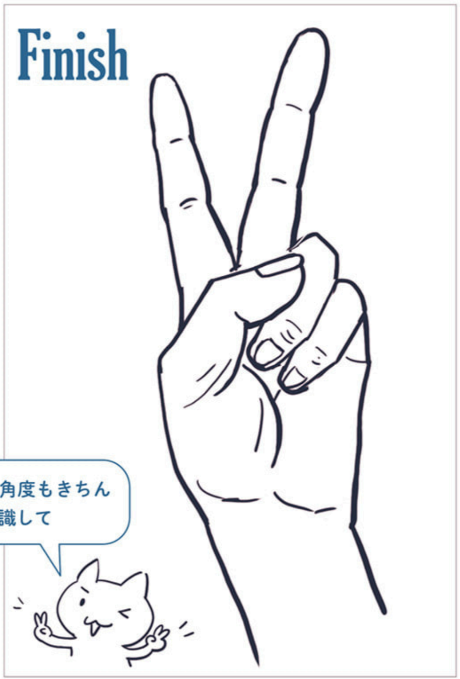


実際の線を描く

5

親指の下にできるふくらみや、ひっぱられてできるしわなどを意識して、実際の線で描く。爪、手首も描く。

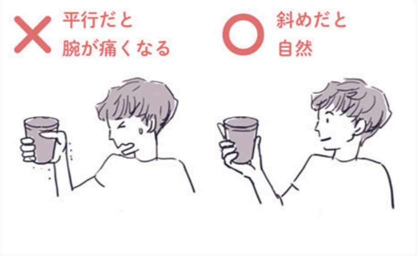


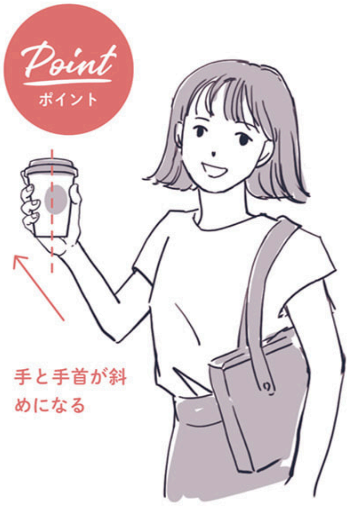

Finish
爪の角度もきちんと意識して

手の構造

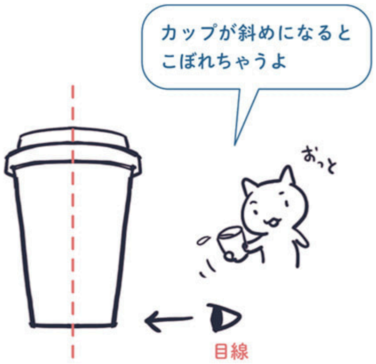
カップを持った手を描く

カップを持つ手の注意すべき点は、手の角度。持ちかたにもよりますが、自然に持つと手の角度は平行ではなく斜めになります。手を斜めにしたほうが関節や筋肉に無理がなく持ちやすい、飲みやすいからです。


✕ 平行だと腕が痛くなる
○ 斜めだと自然


Point ポイント
手と手首が斜めになる

目線の高さにもよるが、手が手首にどのような角度でついているのを想像しよう。通常はカップよりひじが下になり、手と手首は斜めになる。ただし、カップはまっすぐ。斜めだとこぼれてしまうので注意。

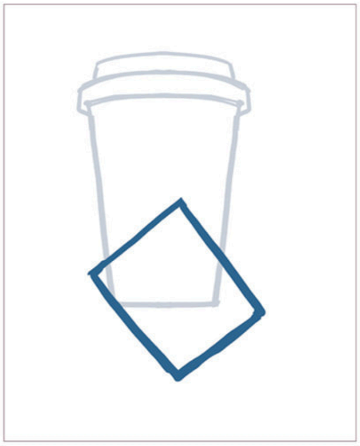

カップが斜めになるとこぼれちゃうよ
おっと
目線

アタリ（下描きの線）を描く

1

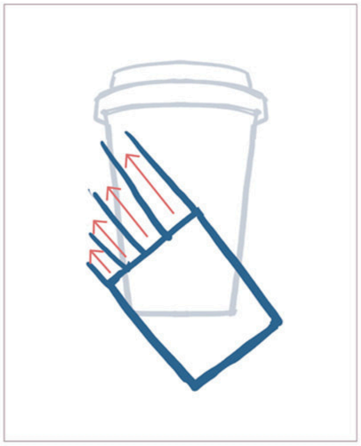
カップに対して、手のアタリを斜めに長方形で描く。

隠れている部分も描いておく。



2

4本の指を同じ向きに描く。

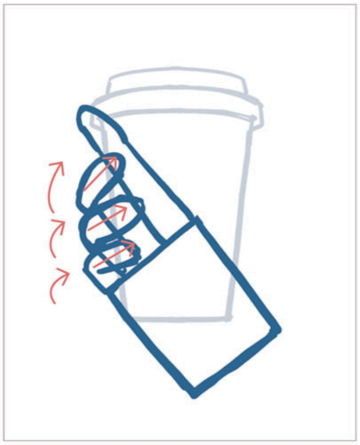


実際の線を描く

3

カップの端で、小指、薬指、中指の3本を斜め上に回すように描く。

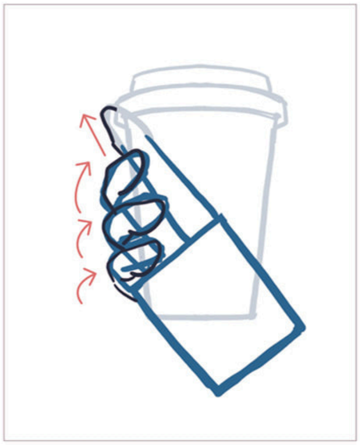
関節で曲がることを忘れずに。



4

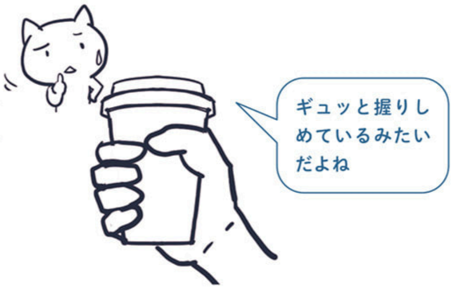
実際の線で描いていく。人差し指はまっすぐのばして描く。

小指側でカップを支えていると、小指から人差し指にかけて曲がる角度が浅くなる。



Point
ポイント

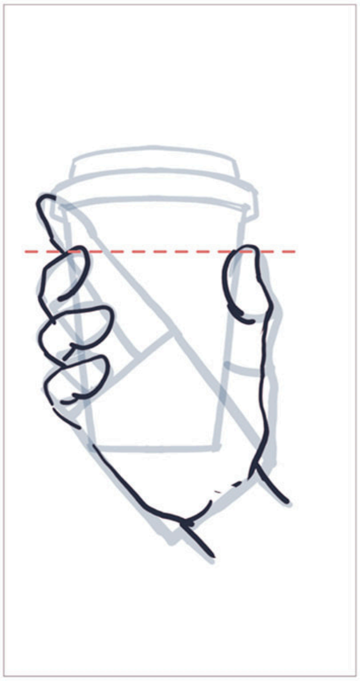
人差し指もカップを握ってもよいが、上にのばしてそわせたほうがきれいな形に見える。


ギュッと握りしめているみたいだよね

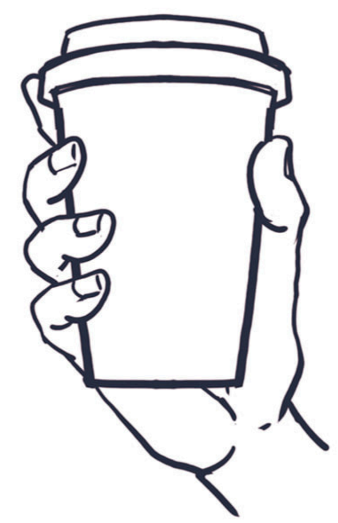
5

親指を描く。

親指が長くなりすぎないように注意。中指と同じくらいの高さに描くとバランスよく見える。爪、手首も描く。



Finish

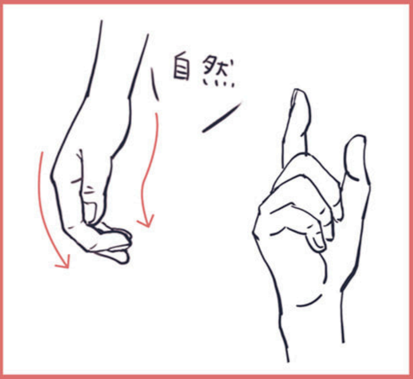


Lesson 2
手を描く

手の構造

自然な手を描く

人間の手は、自然にしているときはピンとのびずに、どの指もゆるやかに曲がっています。立ったポーズを描くときの自然な手を描いてみましょう。



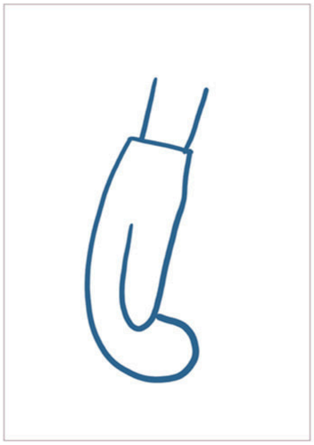
手をおろす

アタリ（下描きの線）を描く

1

ミトン（p. 55）で手を描く。手は下向き、親指を手前に描く。

指はギュッと握らない。

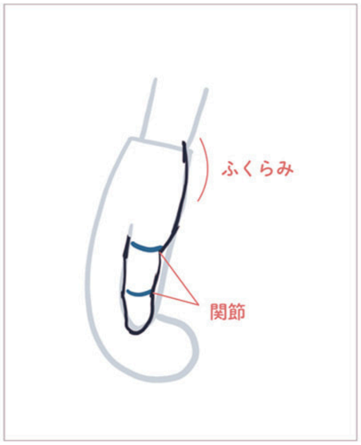


実際の線を描く

2

親指のふたつの関節を意識して描いたら、実際の線で描く。

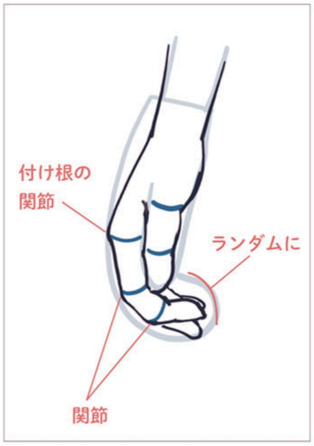
手首のほうのふくらみも忘れずに。

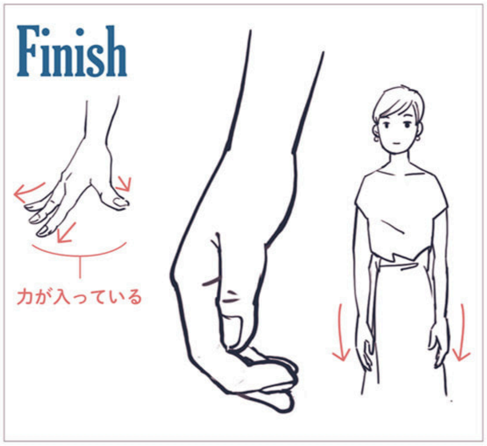


3

親指以外の指を描く。まず指の付け根の関節を描き、ほかの関節を描く。

指はそろえず、ゆるやかに曲げるとよい。奥に向かって小さく見えるのに注意。

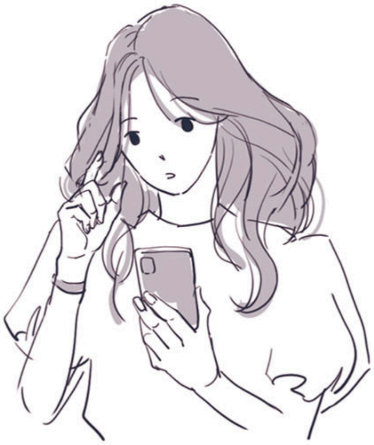

付け根の
関節
ランダムに
関節


Finish
力が入っている

髪をさわる

Point ポイント

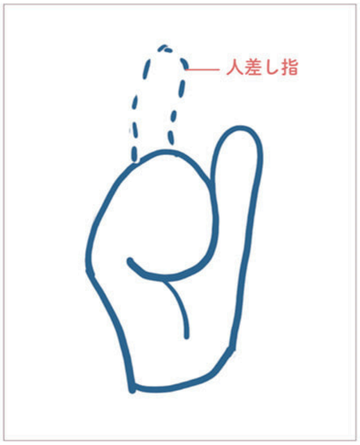
なにげなく髪をさわっているときも、手に力は入っていないもの。最初はアタリをとり、形に違和感がないか確認をしてから、実線を描こう。手首の角度が斜めなので気をつけて。



アタリ（下描きの線）を描く

1

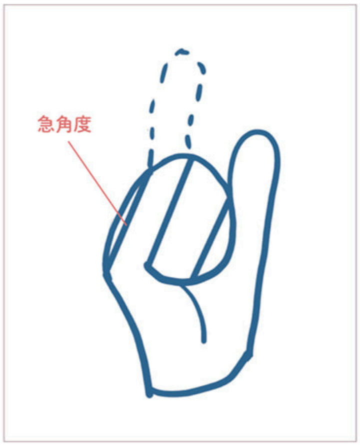
ミトン（p.55）で手を描く。親指は立て、ほかの指は丸く描く。人差し指だけ、ミトンからのばして描く。



2

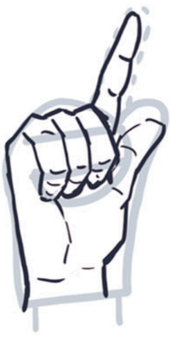
関節のアタリを線で描く。

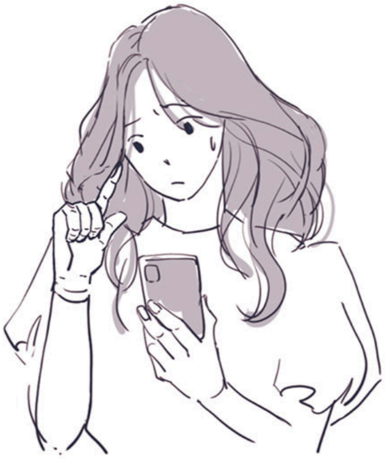
関節の線はかなり急角度になる。



NG よくある失敗

正面を向きすぎると、不自然な印象に。髪をいじるというより、自分を指差しているように見える。

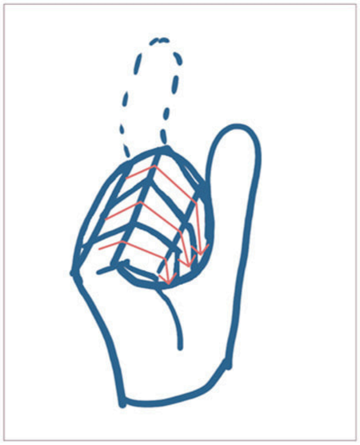




実際の線を描く

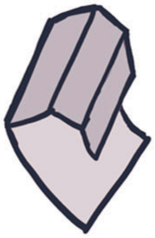
3

小指、薬指、中指を描く。関節ごとにしっかりと指が曲がるイメージで、指を描く。



Point ポイント

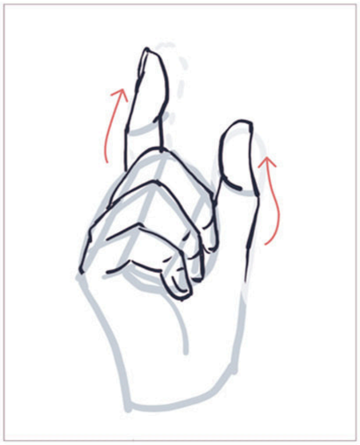
紙を折り曲げているイメージをするとわかりやすいよ。



折り紙で考えてみるといいね

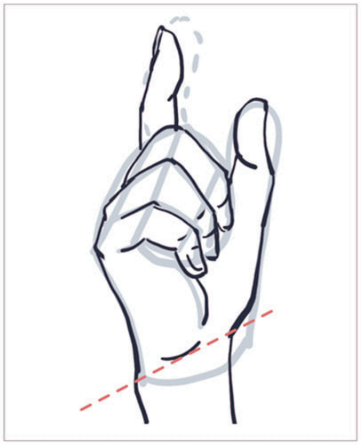
4

親指、人差し指を描く。ピンとのばしすぎず、少し曲げるようにすると自然。



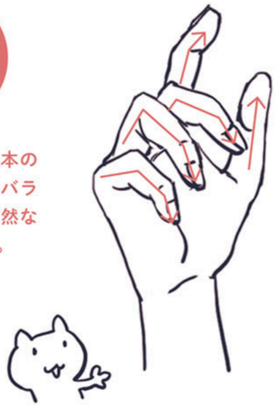
5

全体を描く。爪、手首も描く。形に違和感がないか確認しながら描こう。手首の角度もまっすぐではなく、斜めになる。

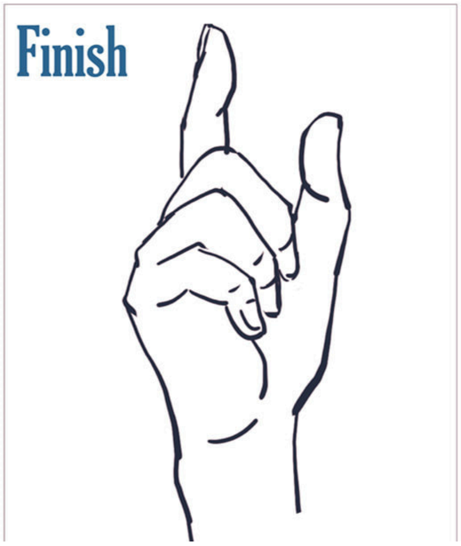


Point ポイント

曲げている３本の指を少しバラバラに描いても自然な感じに見える。



Finish

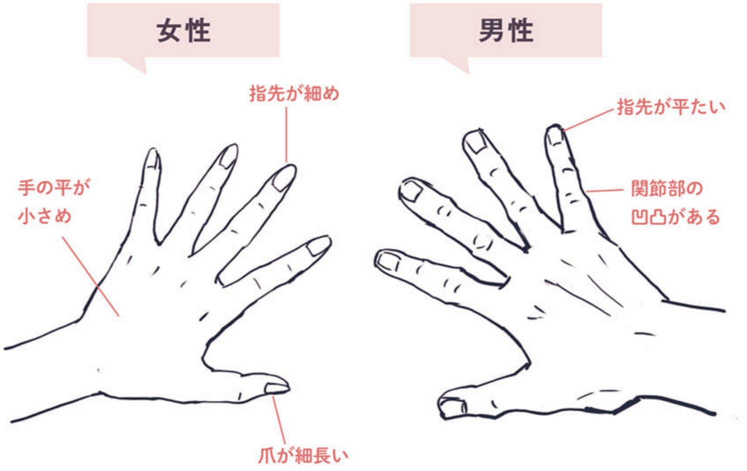


+1 プラスワンテクニック

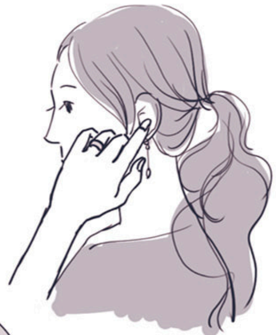
男女の手の違いってある？

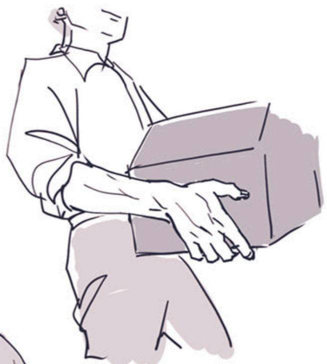
男女の手の特徴を理解しておきましょう。人物によって描きわけられるようになると絵の幅が広がります。ただし、個人差もあるので参考として取り入れましょう。

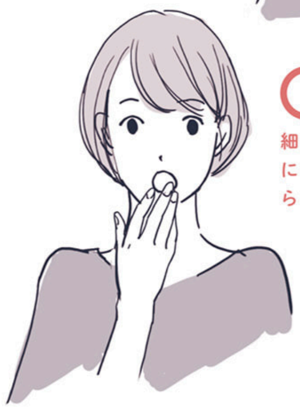
男の人の手は女の人より比較的大きく、関節が発達しているので凹凸があります。反対に、女性の手は曲線を意識して指も細い印象にするとしなやかな動きが表現できます。また職業によっても、力仕事をしていると関節が発達し、手の筋肉もしっかりしてくるのでゴツゴツしやすいですし、あまり力をつかわない仕事だときゃしゃな手に。大きながっしりした手は力強さをあらわし、小さな細い手はかわいさを表現できます。


女性
指先が細め
手の平が小さめ
爪が細長い
男性
指先が平たい
関節部の凹凸がある

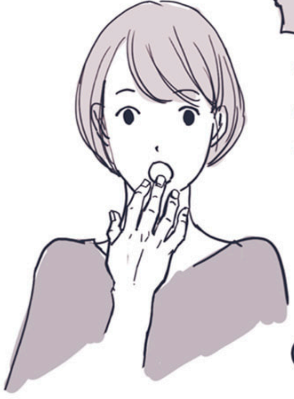
Point ポイント







○ 細い、きゃしゃな手に描くと、より女性らしい印象になる



× 人物に対して、手をあまりにゴツゴツさせてしまうと、違和感が生まれる

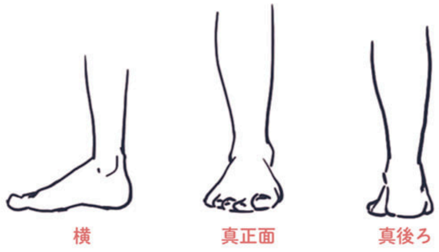
いわかん…!!
バランスを見て描こう！

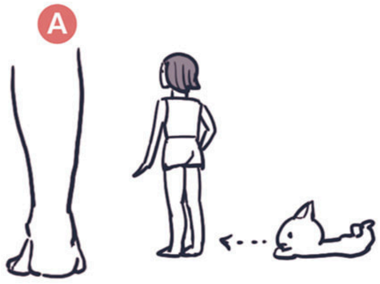
基本をチェックしよう

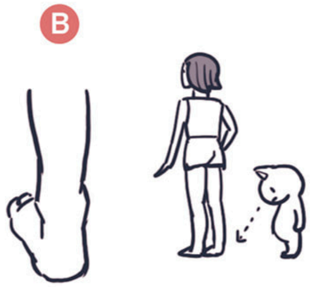
手が描けるようになったら足にもチャレンジ。苦手なアングルがあっても、ここで構造を理解すればきっと描けるようになりますよ。

いろんなアングルの足の形を把握しよう

足って描けるようで、じつは正しく把握している人は少ないのではないでしょうか。横から見た足はまだイメージできたとしても、正面、後ろから見た足となると、よくわからないのでは。たとえば、横から、真正面から、真後ろからを描くとこのようになります。見る位置によって形がかわることを把握しておきましょう。



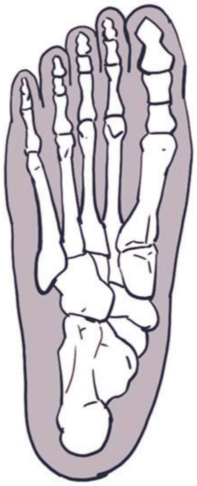




Ⓐの足のように見えるには、かなり下のアングルからになります。どちらかといえばⒷのような角度のほうが一般的です。

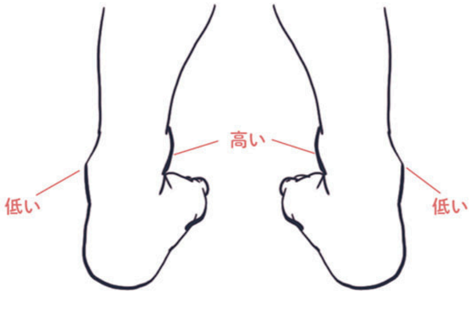
骨格を考える

骨で見ると、手も足も似ています。



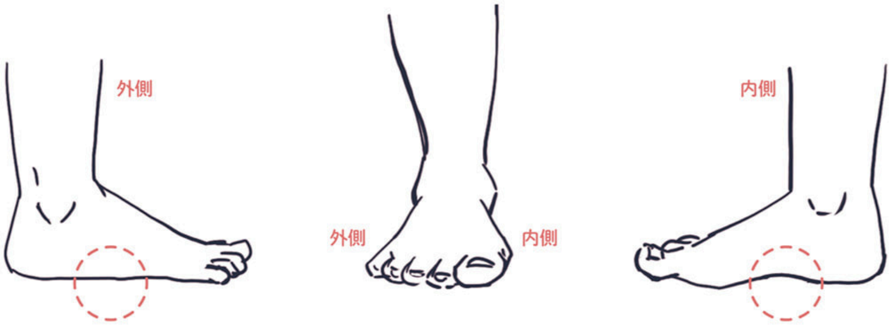
くるぶしはどこ？

内側と外側で高さが違うので気をつけて。外側より、内側のくるぶしのほうが、位置が高くなります。



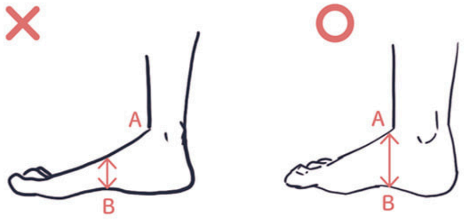
足の底面って？

内側にはアーチがありますが、外側はあまりアーチはありません。扁平足など足裏が平たい人もいます。



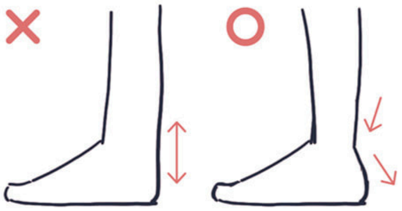
アーチの位置に注意

足上の付け根の部分Aと、足裏のアーチ部分Bはだいたい同じ位置にあります。ずれると不自然になるので気をつけて。



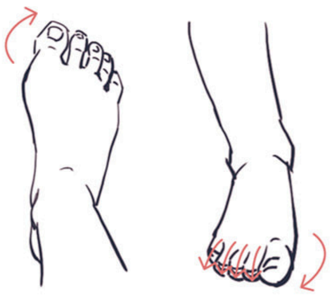
足首

足を描くときは足首を意識しましょう。まっすぐではなく足首のところが細くなり、かかとが出ています。

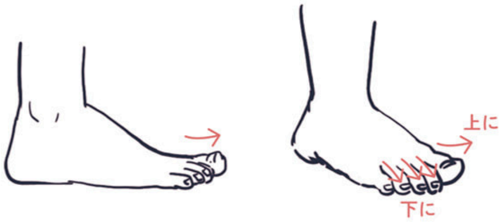


足の指を観察

上から見ると親指だけ少し内側を向いていることが多いようです。親指以外はまっすぐのびています。

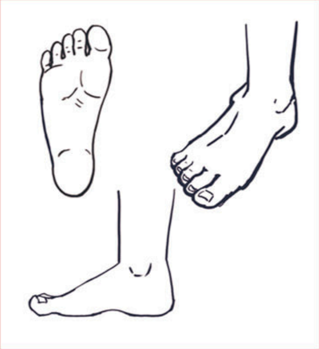


横から見ると親指は少し上にそっています。親指以外はゆるやかに地面に向かっています。



足を描く

足の形や指の長さは、人によって違います。絵を描くときは、表現としてわかりやすい足を心がけるとよいでしょう。自分の足はもちろん、ほかの人の足も観察して、いろいろな角度から描けるようになりましょう。

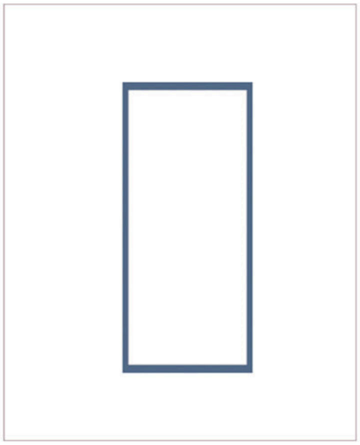


足裏・足の甲

アタリ（下描きの線）を描く

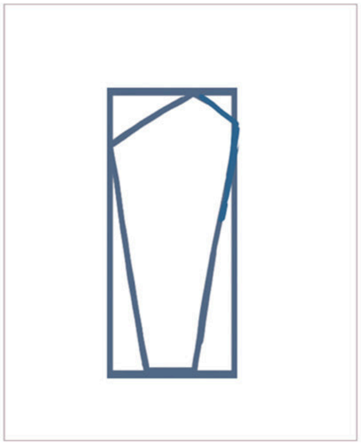
1

長方形をひとつアタリで描く。



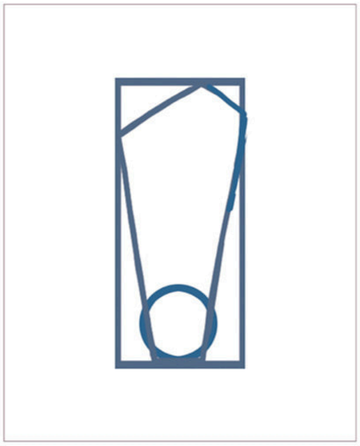
2

1のなかに、だいたいの足の形を
イメージした五角形を描く。



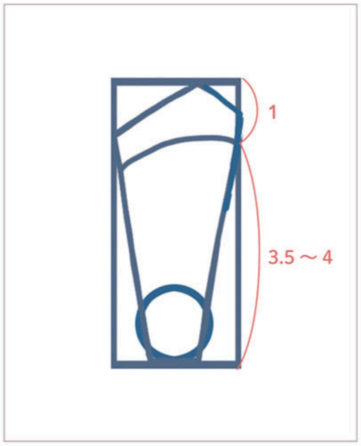
3

下部にかかとの円を描く。



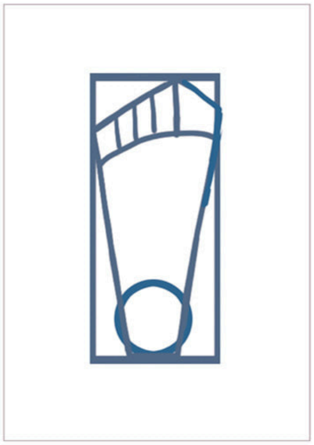
4

指の付け根をゆるやかな曲線で
描く。
指とほかの部分が1対3.5～4の割合
になるようにする。



実際の線を描く

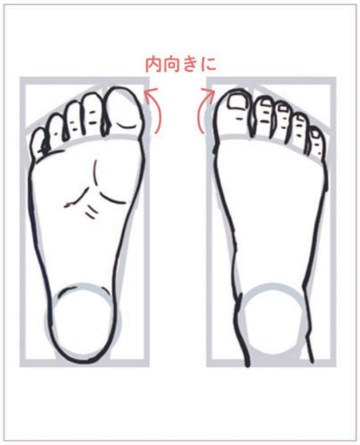
5



5本の指にわける。

親指が一番太くなるようにする。

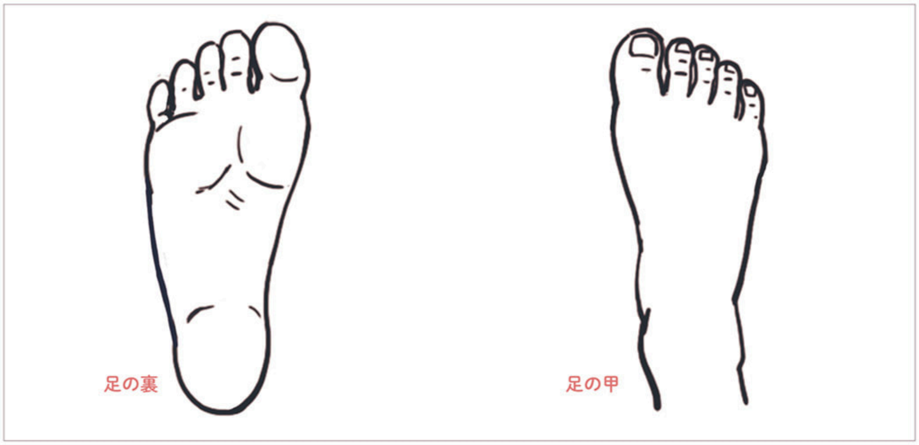
6



実際の線で指を描く。親指は少し内向きに、一番大きく太く描く。足の裏側を描くときは足裏にへこみ、足の甲側を描くときは爪や足首を描く。

足の裏、足の甲両方を描いてみよう。

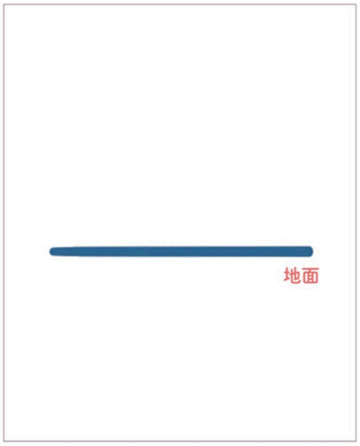
Finish



横向き

アタリ（下描きの線）を描く

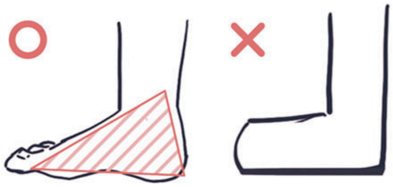
1



目安となる、足が接している地面の線を描く。

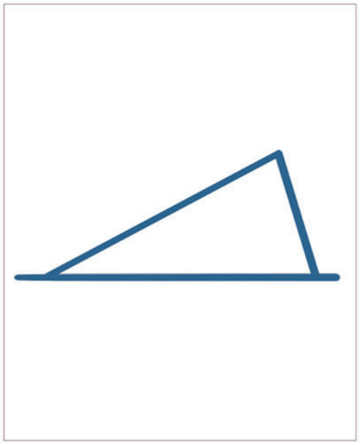
Point ポイント

横から見たら三角形になる。長方形にならないように気をつけて。



2

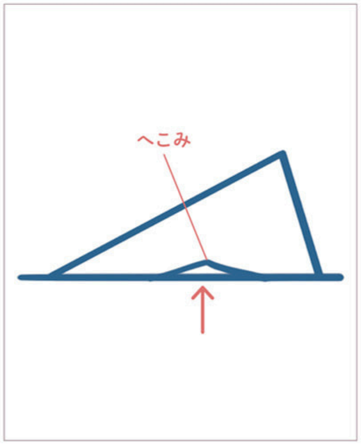
甲からくるぶしにかけての三角形を描く。指がくるほうの辺が長くなるように描く。



3

下部の中心に足のアーチのへこみを描く。

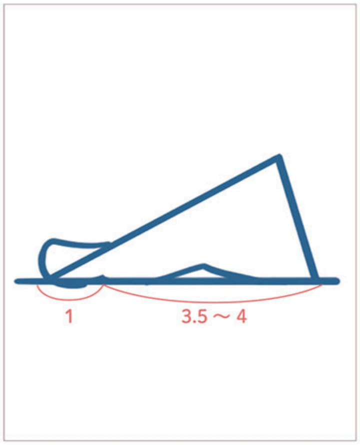
今回は内側から見ているのでアーチを描く。



4

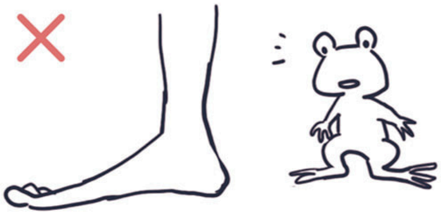
親指を描く。親指とほかの部分が1対3.5〜4の比率になるようにする。

横から見た場合、指はほとんど親指しか見えない。



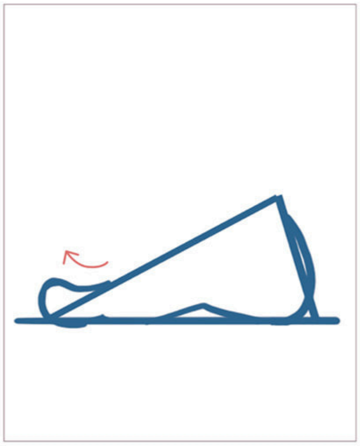
Point ポイント

人によって足の指の比率は違うので、いろいろと観察してみよう。長すぎると不自然になるので注意。



5

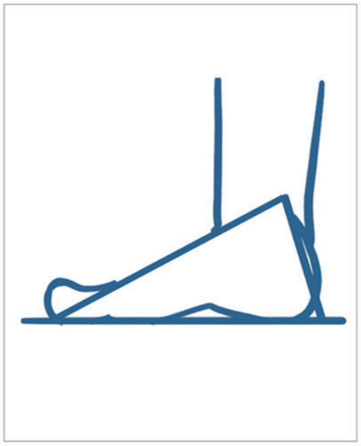
親指を少しそらせ、丸みを加える。かかとにも丸みを加える。



6

足首を描く。

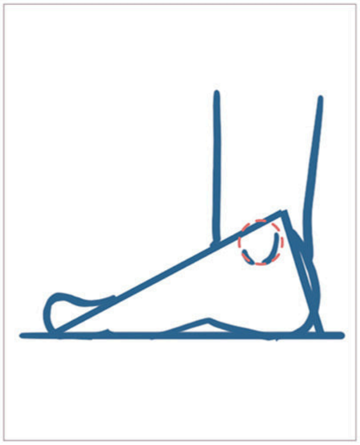
細くなりすぎないように。



実際の線を描く

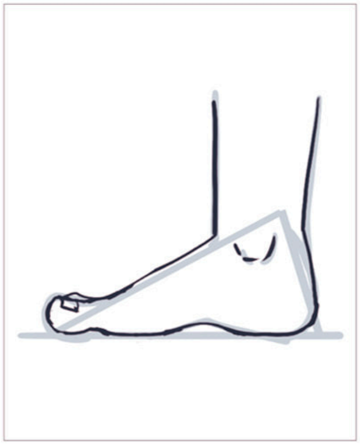
7

三角形の角にくるぶしを描く。

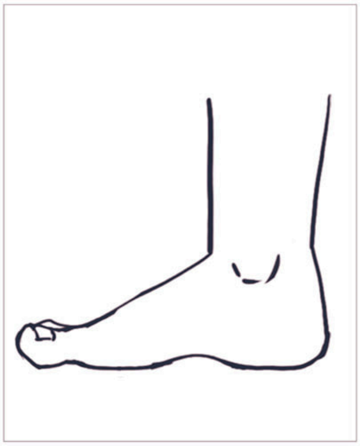


8

実線で描く。爪や人差し指を描く。

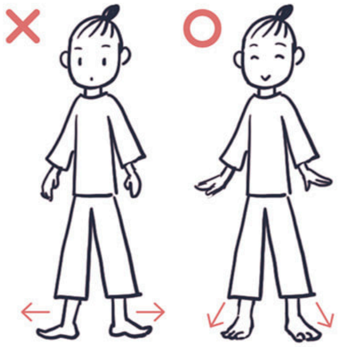


Finish



Point ポイント

正面から見ると、足は斜め向き。真横にはならないよ。

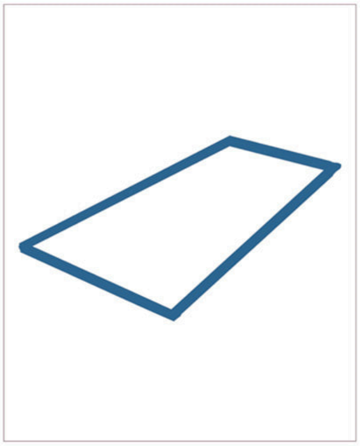


斜め横向き

アタリ（下描きの線）を描く

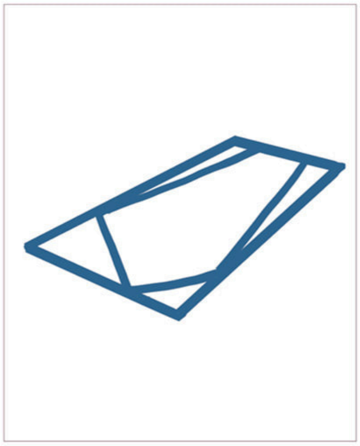
1

足の接地面のおおまかな形を長方形で描く。

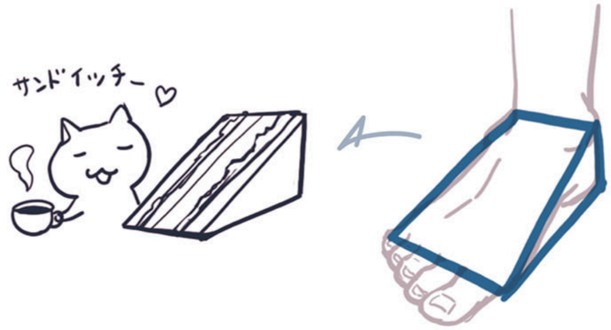


2

1のなかに、だいたいの足裏の形をイメージした五角形を描く。



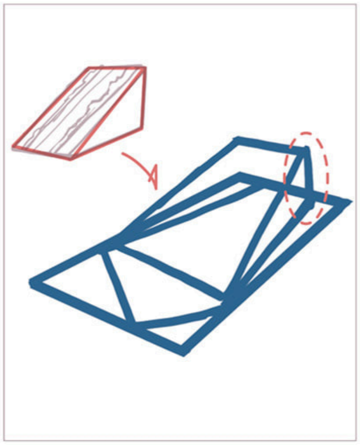
Point ポイント



足全体の形は、高さが低めのサンドイッチをイメージして描こう。

3

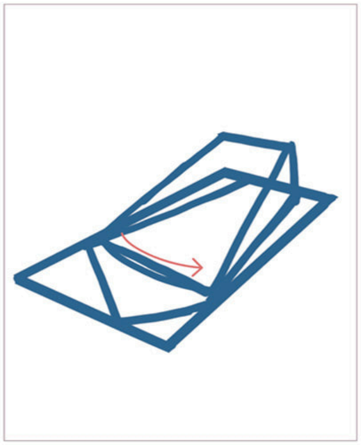
三角形のサンドイッチをイメージして、足の甲の高さを描く。後ろ側は直角ではなく、少し傾ける。



4

指の付け根の線を描く。

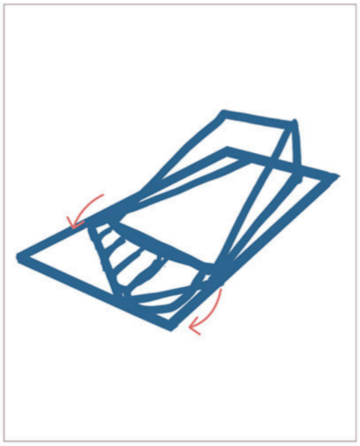
直線ではなく、ゆるやかな曲線で描く。



5

足の付け根から2の五角形を意識して、足の指をわける。

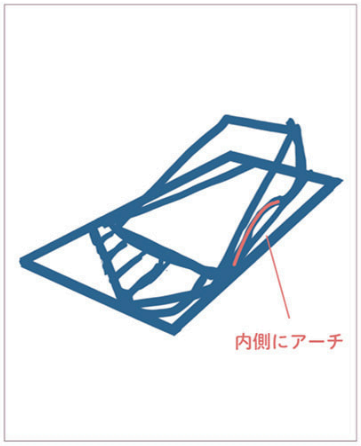
親指は少しそっており、ほかの指は地面に向かっている。



6

内側に、アーチのへこみを描く。

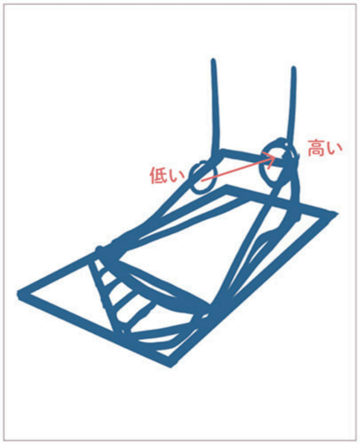
これを描くだけで足っぽくなる。



実際の線を描く

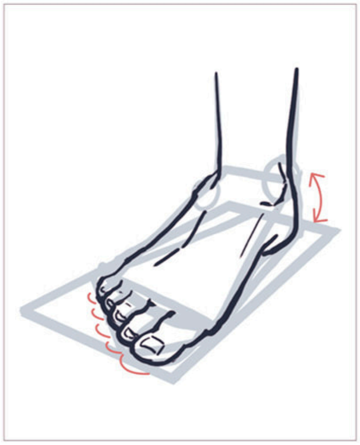
7

足首とくるぶしを描く。くるぶしは外側より内側が少し高くなる。

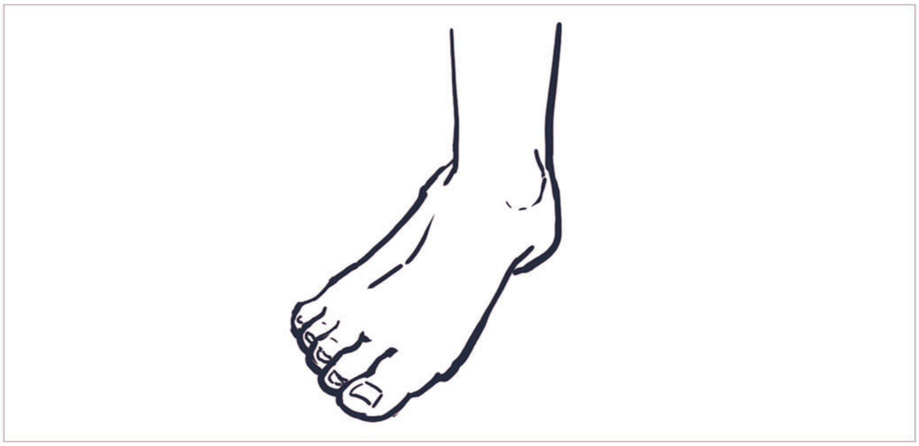


8

実際の線を描く。指先やかかとを丸くしたり、爪を描いたりする。

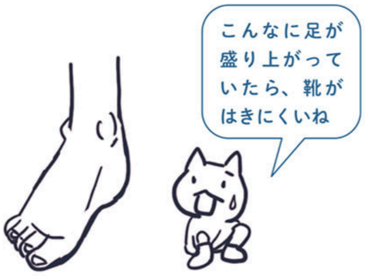


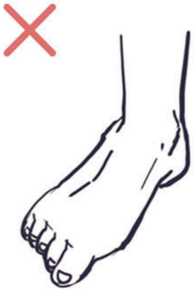
Finish



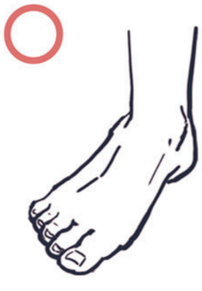
NG
よくある失敗

サンドイッチ形の三角形が高すぎる


こんなに足が盛り上がっていたら、靴がはきにくいね



指がまっすぐ下におりてしまっている。



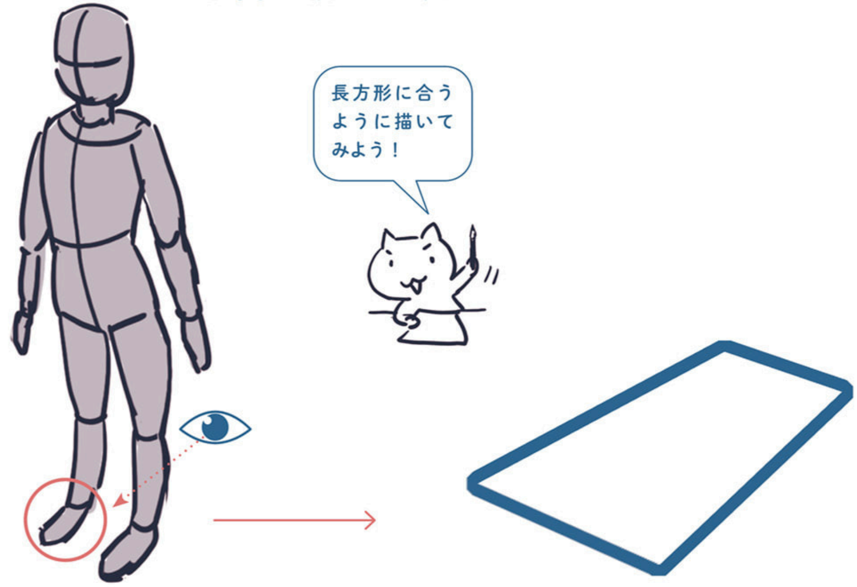
指はほぼ足の甲か裏側に対し並行に描く。

Let's practice!

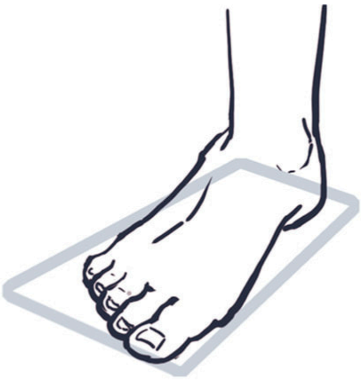
描いて練習しよう

足は手に比べると描く機会が少なく、意識して練習をしないとなかなか上達しません。
長方形の中に足の裏が入るようにして、練習をしましょう。

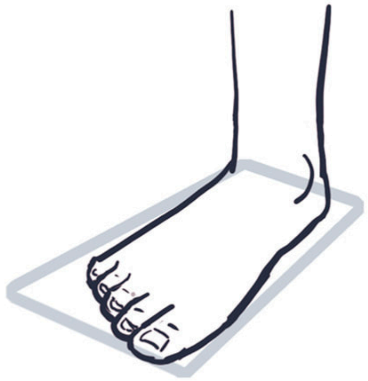
足を斜め前から見ると……


長方形に合うように描いてみよう！

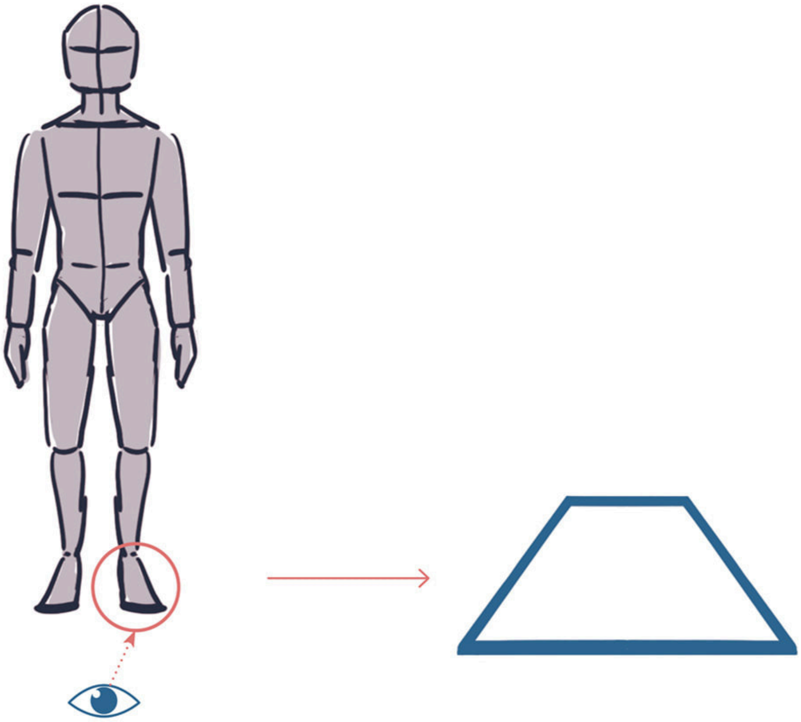
○ 三角形のサンドイッチをイメージする。アーチを意識して描こう。



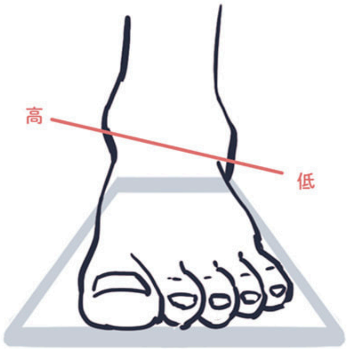
× 足が平べったく、ぺったんこになっている。



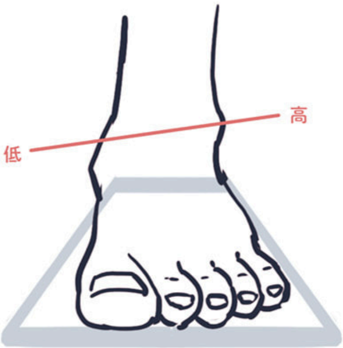
足を前から見ると……



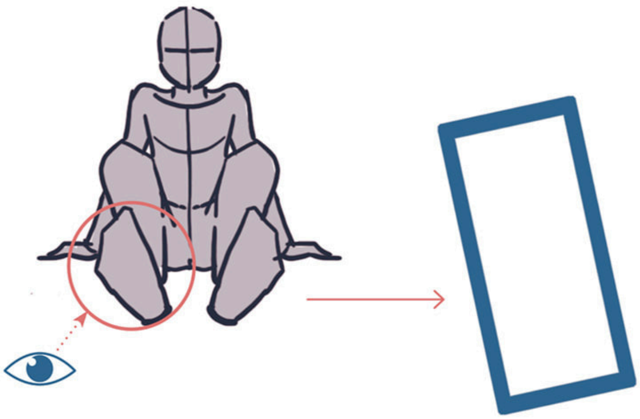
○ くるぶしは内側が高く、外側が低くなるように描く。



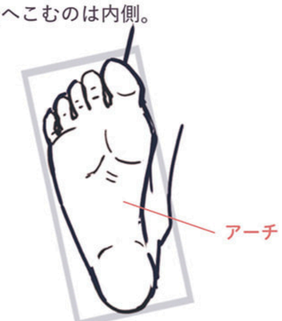
✕ くるぶしの位置が逆になっている。



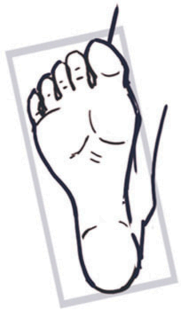
足の裏を正面から見ると……



○ 足の裏の形を意識する。アーチでへこむのは内側。

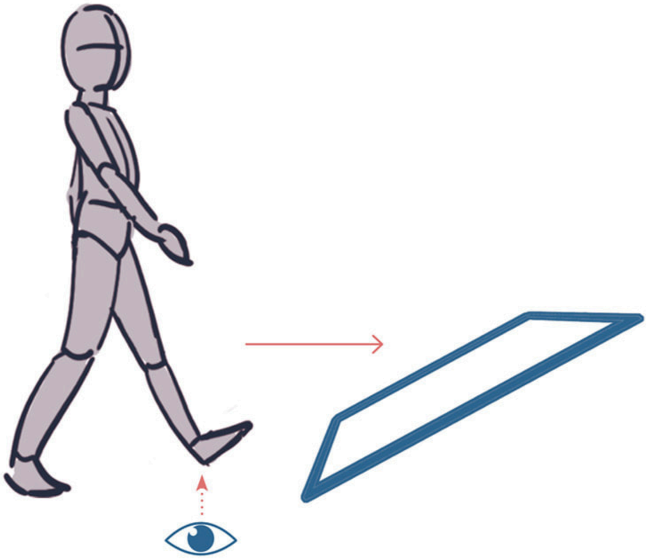


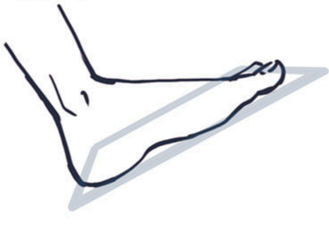
× 足のひらの両側がへこんでいる。



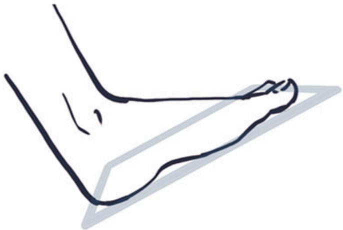
つま先をあげている足を横から見る

○ ほぼ親指しか見えない。足首の位置、アーチのへこみを忘れずに。





× 足首で細くなっていない。



Lesson

3

ポーズを描く

Lesson1、2の基本を描けるようになったら、いよいよ動きがあるポーズにチャレンジ。描きたいイメージがかたまったら、おおまかなアタリ（下描きの線）を描いて、肉付けをしていきます。奥行きと重心を意識しながら描きましょう。

Lesson 3
ポーズを描く

ポーズ

基本をチェックしよう

顔や体の描きかたをマスターすると、次はいろいろなポーズが描きたくなるもの。基本をおさえて挑戦してみましょう。

ポーズを描くときのポイントをおさえよう

描きたいポーズがあっても、どこからどのように描いたらいいか迷う人は多いのではないでしょうか。なんとなく描きはじめてもうまくいきません。ポイントをおさえて進めていくと、ぐっと描きやすくなります。

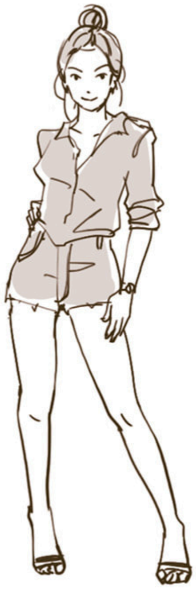
描くためにおさえておきたいこと

1. ポーズのイメージを固める
2. 体の動きや重心をチェック
3. 奥行きを意識する
4. 体のおおまかなアタリ（下描きの線）を描く
5. 髪や服の動きもイメージする
6. 表情や動きの調整をしてイメージに近づける

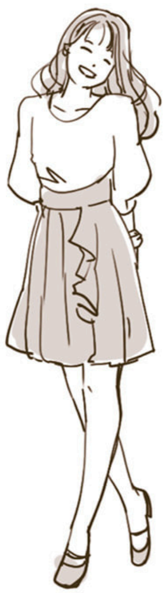
Point 1 ポーズのイメージを固める

まずは自分が描きたい、表現したいと思うイメージを固めましょう。たとえば「かっこよく立っている女の子」と「かわいく立っている女の子」ではポーズがまったく違ってきます。

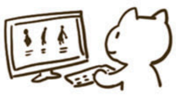
かっこいいポーズ

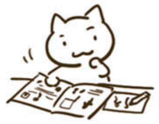


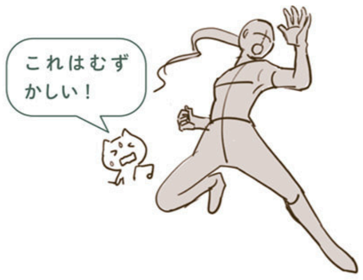
かわいいポーズ

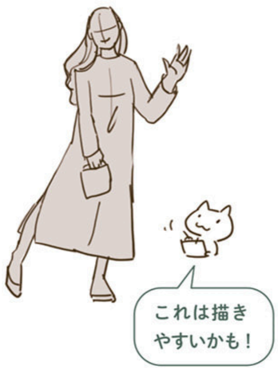


写真や参考資料を探しながら、イメージを固めましょう。スケッチをしながらポーズを決めるのがおすすめ。最初はあまり大きく動くポーズよりも、基本を少しかえたポーズでチャレンジ。





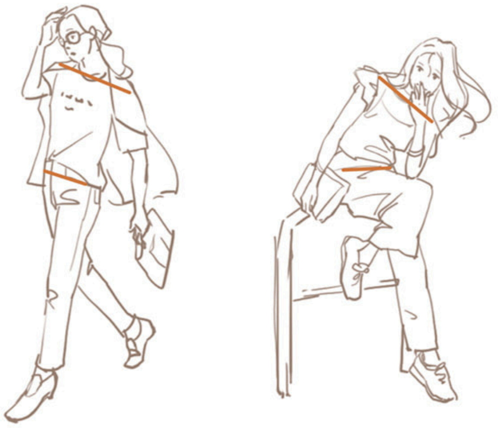


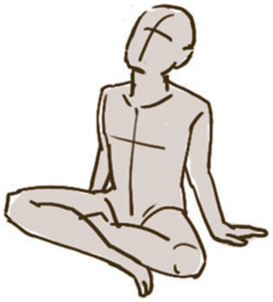

これは描きやすいかも！

Point 2

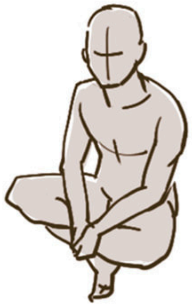
体の動きや重心をチェック

ポーズが決まったら「体の動き」を見ていきます。動きのあるポーズは、基本のただ立っている状態とは違い、体をひねったり関節を曲げたりしています。肩や腰はどっちが上がっているか、上半身はひねっているのか、頭部を傾けているのかなど、細かく観察していきましょう。

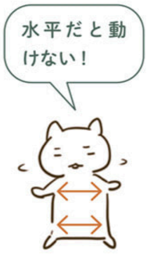




後ろに重心

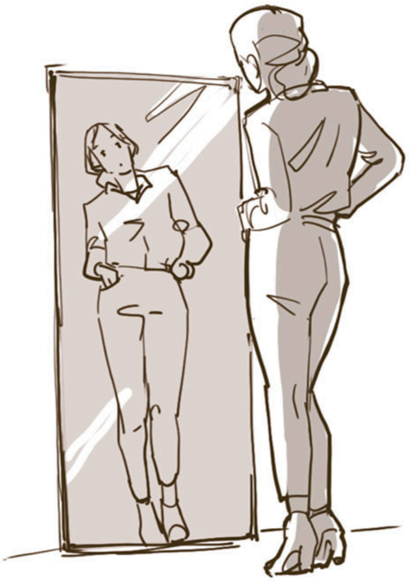


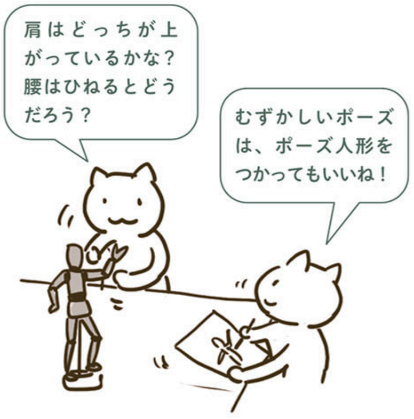
前に重心



重心をどこにかけるかによって、ポーズは違ってくる。重心の位置を確認しよう

一番かんたんなのは、ポーズのもととなる資料を見ながら描くこと。自分や、誰かにポーズをとってもらい動きを確認してみましょう。

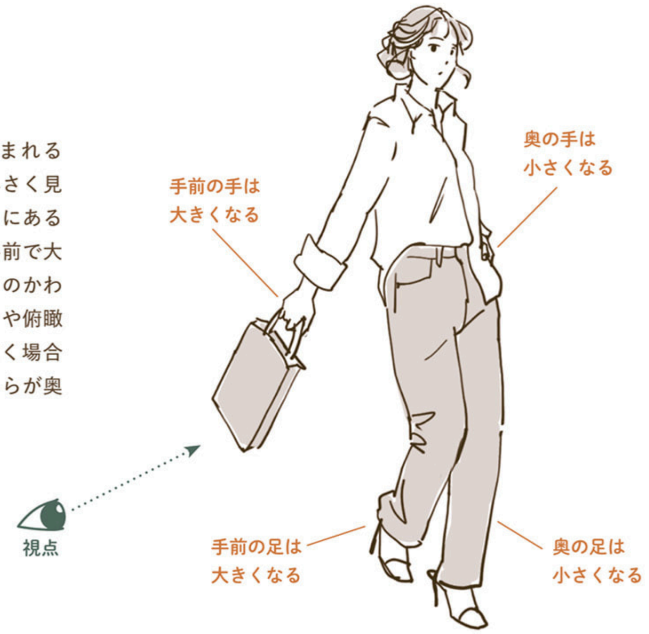



肩はどっちが上がっているかな？腰はひねるとどうだろう？
むずかしいポーズは、ポーズ人形をつかってもいいね！

ポーズ人形とは、自分でポーズをつくることができる関節稼働可能な人形のことだよ

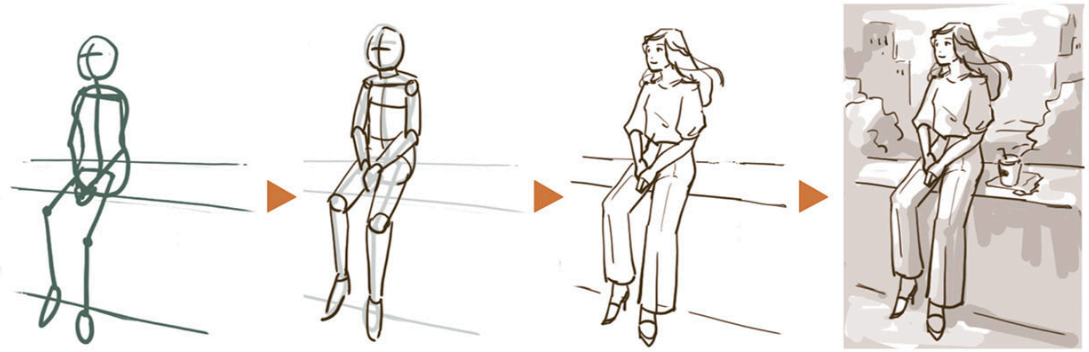
Point 3 奥行きを意識する

遠近感により奥行きが生まれると、手前は大きく、奥は小さく見えます。自分の視点がどこにあるかを意識すると、どこが手前で大きくなり、奥で小さくなるのかわかりやすくなります。煽りや俯瞰のポーズ（p.140 〜）を描く場合でも、どちらが手前でどちらが奥にあるのか考えましょう。


奥の手は
小さくなる
手前の手は
大きくなる
視点
手前の足は
大きくなる
奥の足は
小さくなる

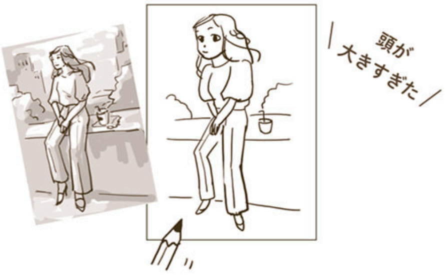
Point 4 体のおおまかなアタリを描く

アタリを描くかどうかで、完成度がまったく違ってきます。Lesson2（p.114 〜）をもとに、まずは棒人間を描き、おおまかな肉付けをしながら立体的に描いていきましょう。関節以外で体は曲がらない、とわかっていても間違いやすいので気をつけて。また、体の見えていない部分を意識して描くことを心がけましょう。



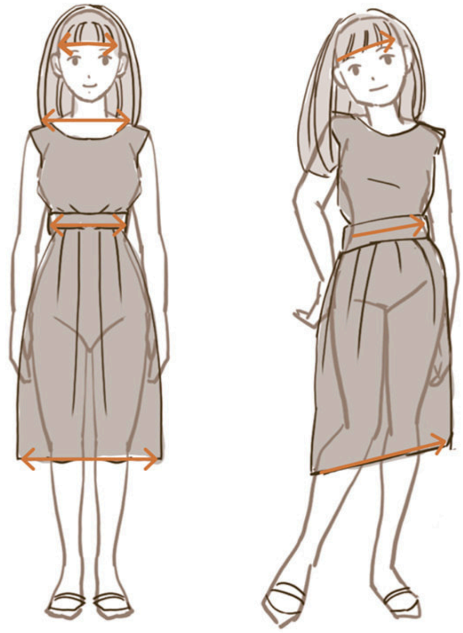
NG よくある失敗

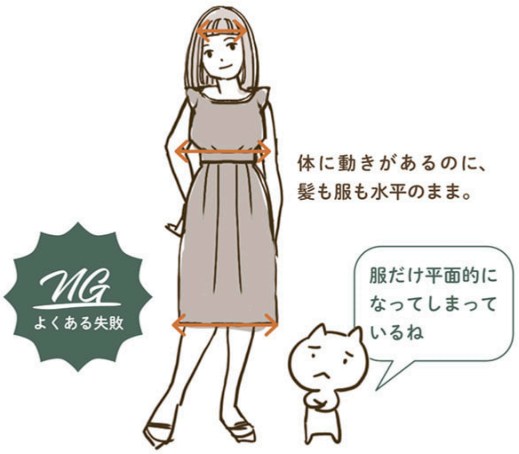
棒人間を描かずにただ参考資料を写すと、構造が理解できていないので、おかしくなりがち。



Point 5 髪や服の動きもイメージする

頭を傾けたら顔のパーツの位置だけでなく、髪の流れもかわります。体を動かしたら、服も一緒に動きます。体勢をかえることによって、どこがどのようにかわるのかをイメージしながら描きましょう。

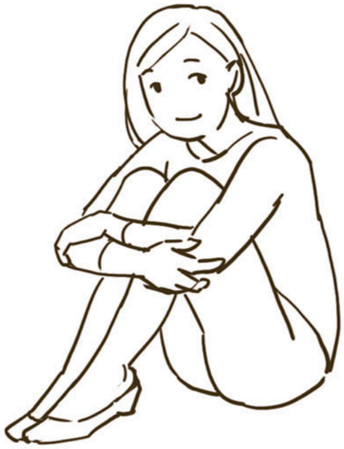



NG
よくある失敗
服だけ平面的になってしまっているね

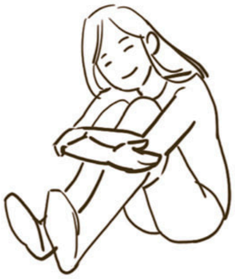
体に動きがあるのに、髪も服も水平のまま。

Point 6 表情や動きの調整をしてイメージに近づける

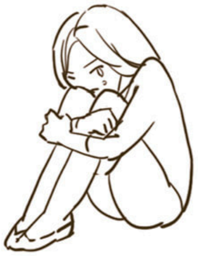
同じポーズでも、頭部の角度や表情によって印象はかわります。少しの変化で、ひとつのポーズからたくさんのバリエーションができて便利ですよ。

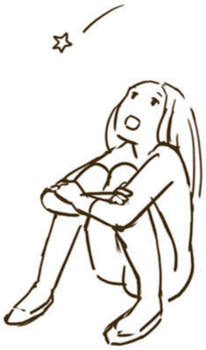


足をあげて
体を前に傾ける



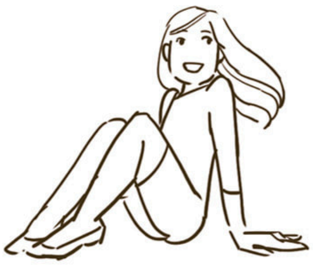
うつむいてひざを
ギュッと抱える





足を少し開いて
見上げる

重心を後ろにかけて
振り向く

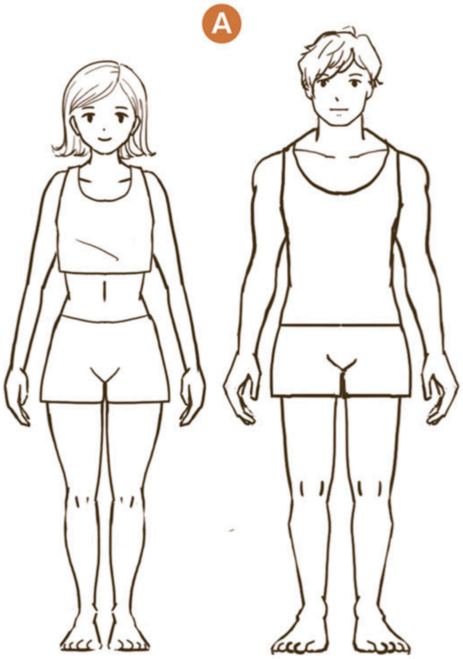


重心をかける

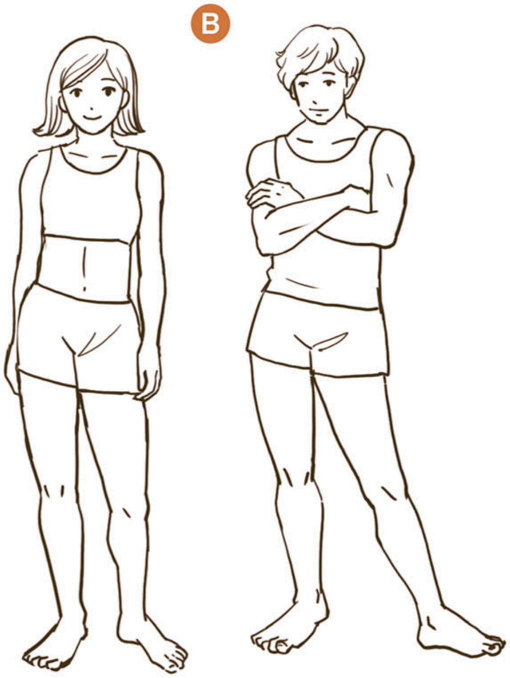
人間は実際に立っているとき、座っているときは、左右どちらかに体を傾けて重心をかけがちです。自然にみえるポーズを学びましょう。

リラックスしているときは重心をかけていることが多い

人間の体を真正面から見ると、「正面を描く」（p.119）のようになりますが、普段は左右のどちらかに体を傾けて体重ををかけていることが多いものです。このように体重をどちらかにかけることを「重心をかける」「重心を置く」といいます。



重心を左右均等にかけている



重心を右足にかけている

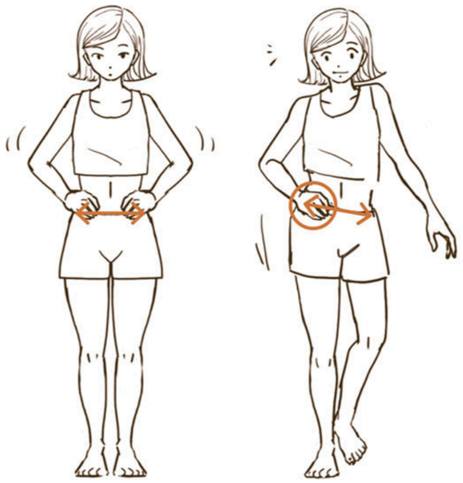
AとBを比べてみよう

Ⓐのようにまっすぐ人を立たせて正面から描くと、直立不動でかたいイメージになります。Ⓑのように左右どちらかに重心をかけると自然な印象に。

たしかに、ⒶはⒷより
かたいイメージかも。
直立不動の兵隊みたい

重心をかけたポーズって？

重心をかけたときの大きなポイントとしては、重心をかけたほうの腰が少し上がるということ。また、体が倒れないようにバランスを保とうとするため、ほかの部分もまっすぐでなくなります。



自分でまず確認してみよう！

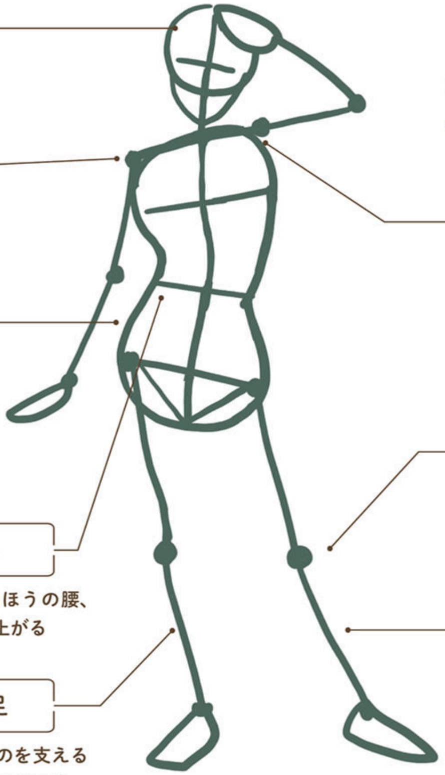
腰に手を当てて均等に立ちます。どちらかの足に重心（体重）をかけます。どっちの腰が上がるか体感してみましょう。

右に重心をかけたポーズを描く

1 棒人間を描く(p.119~121)

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。

重心を片方の足にかけた女性の、より自然なポーズを練習するよ



頭

頭部はどちらかに少し傾けるとより自然に

右腕

右肩が下がるので手も通常より下におりる

胴体

背骨がまっすぐではなくなり、体全体がゆるやかな曲線を描く。胸や腰のアタリを入れる

腰

重心がかかるほうの腰、足の付け根が上がる

右足

体重がかかるのを支えるため、こちらの足はまっすぐに

左肩

左腰が下がるのとは反対に、左肩を上げてもよい

ひざ

腰の左右の高さがかわるので、ひざも左右の高さがかわる

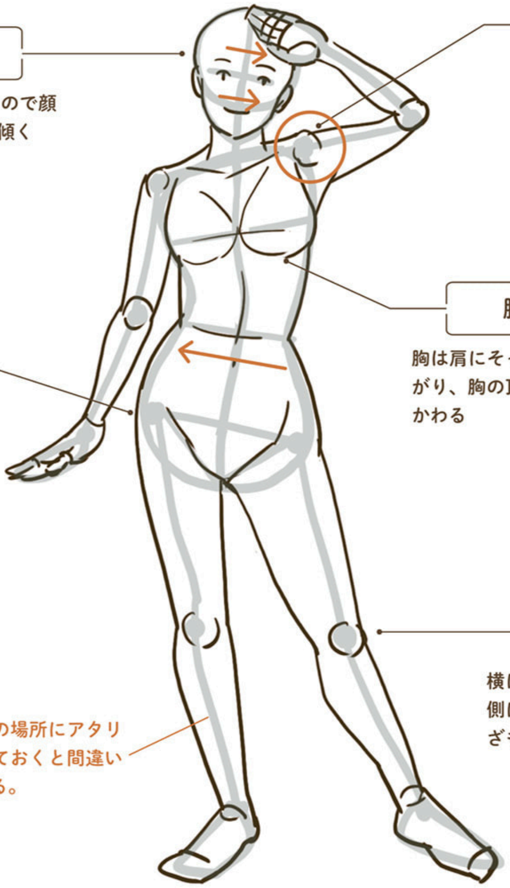
左足

左足は重心がほぼかかっていない。少し横に広げたり曲げても

2 肉付けする

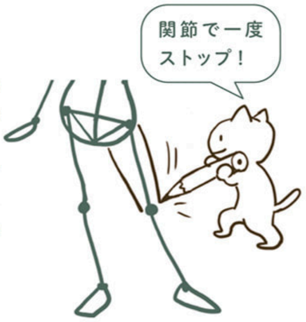
女性の体型を意識して描く（p.122 〜 125）。

パーツの動きや関節を意識してつなげていく。肩と腰が傾くことで、体の各部位は、位置が平行ではなくなることに注意。

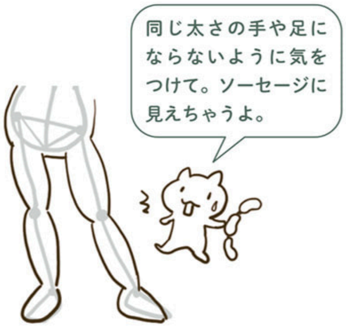

頭・顔
頭部が傾いているので顔のパーツもすべて傾く
肩
上げたほうの肩に関節の盛り上がりができる
胸
胸は肩にそって位置が上がり、胸の頂点の位置もかわる
腰
重心をかけているほうの腰が上がり、お尻に丸みが出る
足
横に広げたほうの足は外側に向けているので、ひざも外側を向く
各パーツの場所にアタリ線を引いておくと間違いにくくなる。

Point
ポイント

重心がかわると体の動きが複雑になるので、肉付けも難しくなる。関節の位置をしっかりチェックしながら、ゆっくり描いていこう。



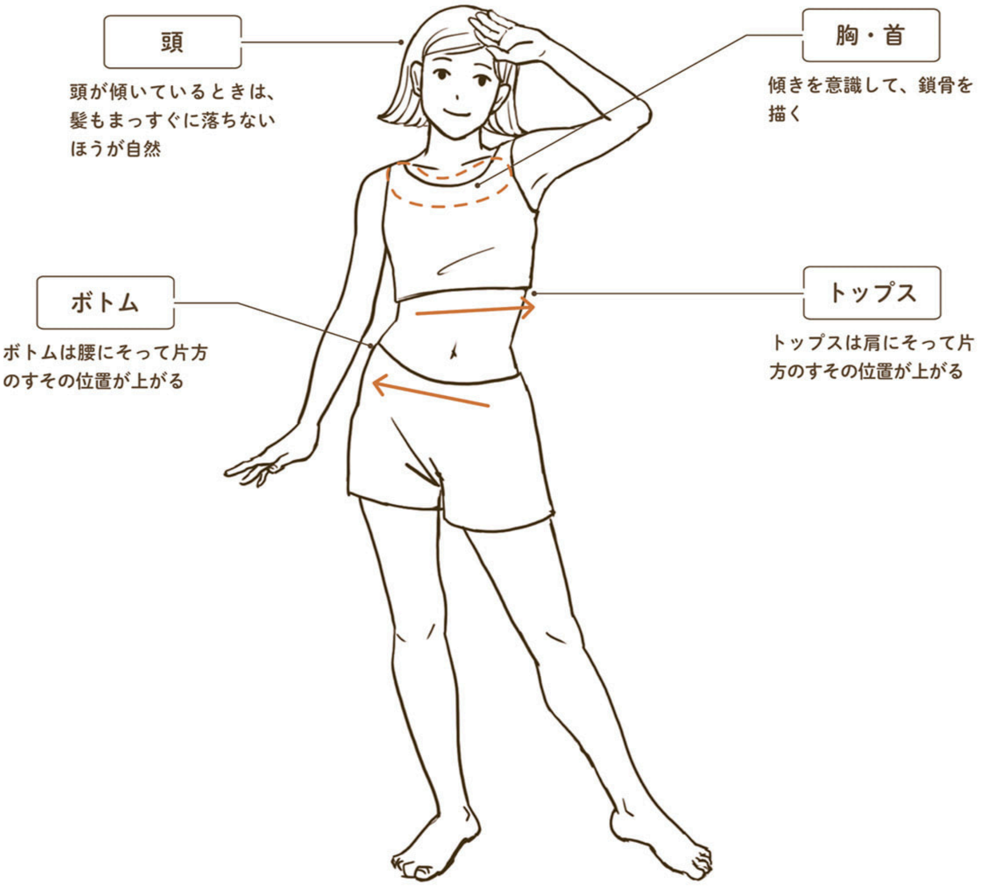
手足の各部位がすべて同じ太さにならないように注意。


同じ太さの手や足にならないように気をつけて。ソーセージに見えちゃうよ。

3 全体の仕上げをする

髪や服を描き、全体を整える。

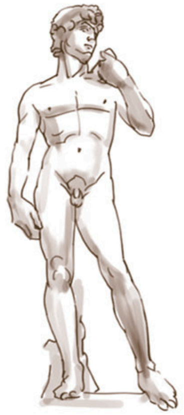
全体的に形が把握できたら細かく描いていく。関節の部分で動きがかわるのを忘れずに。


頭
頭が傾いているときは、髪もまっすぐに落ちないほうが自然
胸・首
傾きを意識して、鎖骨を描く
ボトム
ボトムは腰にそって片方のすその位置が上がる
トップス
トップスは肩にそって片方のすその位置が上がる

Point ポイント

体重の大部分を片足にかけて立っているポーズを「コントラポスト」というよ。重心を移動させることで、より動きを感じさせられるんだね。

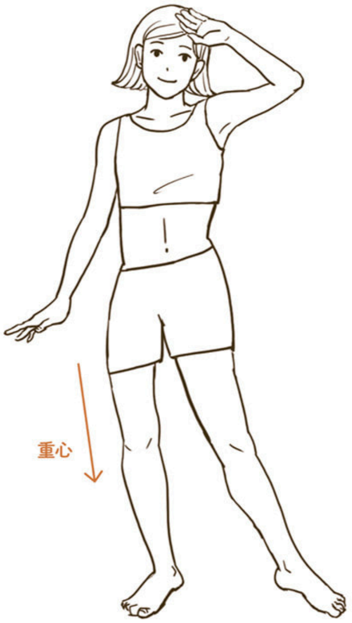
基本的な人体が描けたあとは、こういうポーズにどんどん挑戦してみてね



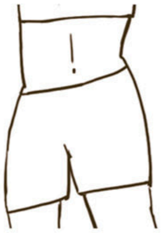
昔の有名な像も「コントラポスト」を利用しているよ

NG よくある失敗

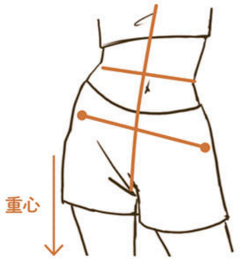
重心ってむずかしい！こんな風になってない？

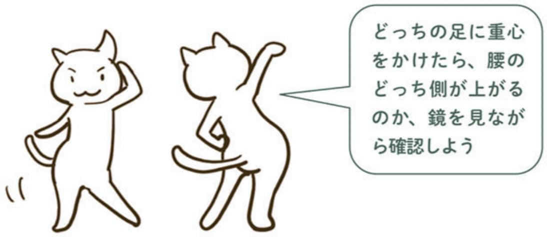


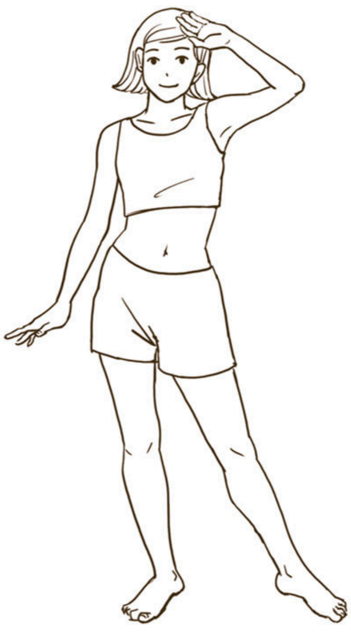
✕ 重心をかけたほうの腰の位置が下がっている



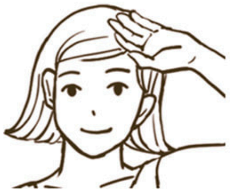
○ 重心をかけたほうの腰の位置が上がるよ



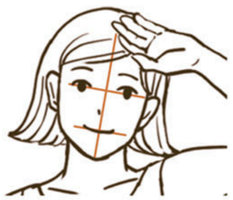

どっちの足に重心をかけたら、腰のどっち側が上がるのか、鏡を見ながら確認しよう



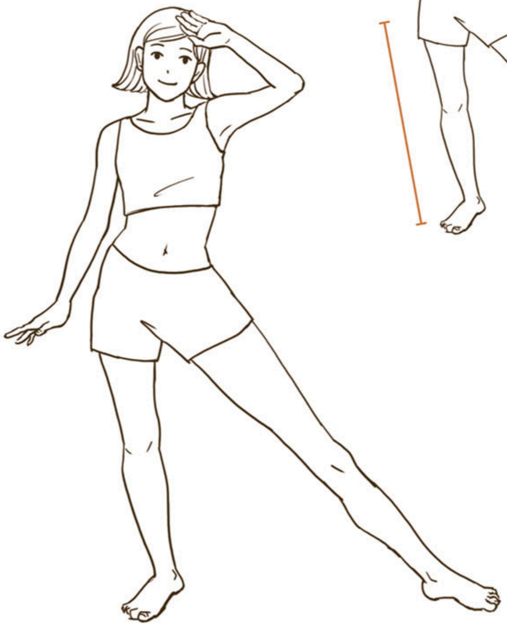
✕ 頭部は傾いてるのに、顔のパーツがまっすぐのときの配置になっている



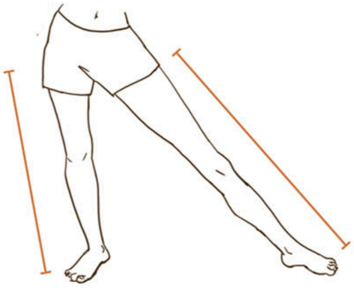
○ 顔のパーツは意識しないとまっすぐ描きがち。中心線に対して左右対象になることを意識しよう



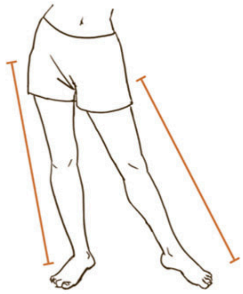
顔が傾いているのに、目・鼻・口が傾いていないよ！
おかしいニャー

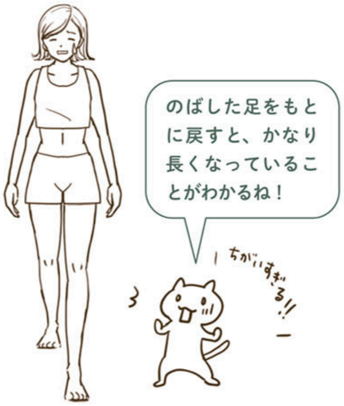


✕ のばした足が長すぎ

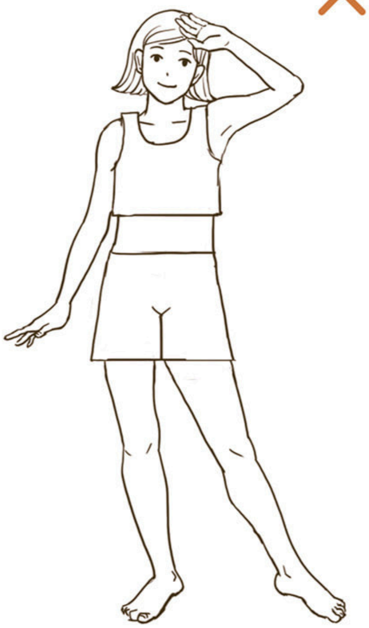


○ どちらの足も同じ長さ！

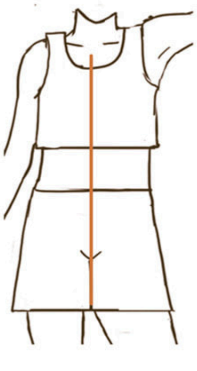




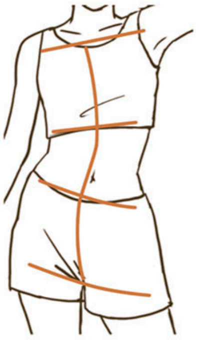
のばした足をもとに戻すと、かなり長くなっていることがわかるね！

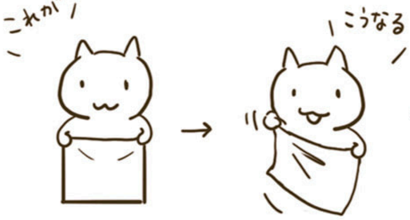


✕ 背骨がまっすぐになっている



○ 動きに合わせて、背骨も曲がっている

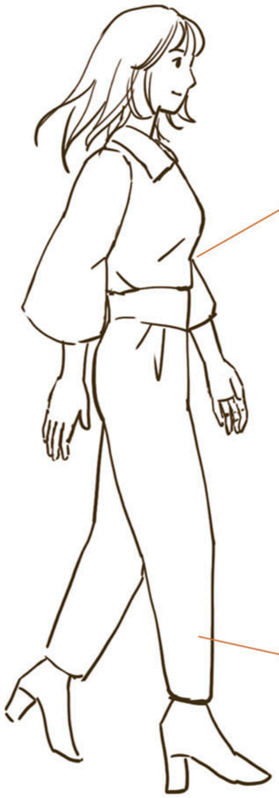




肩と腰が動くことで、背骨も曲線になるよ

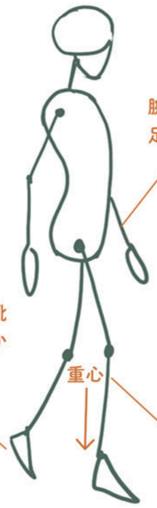
横向きにゆっくり歩く

ゆっくりと歩く女性を横から見たポーズです。


ひじやひざが大きく曲がることはないが、体の中心軸はやや前方に傾く
左右の足のどちらかが地面についている
のびている足に重心がかかる

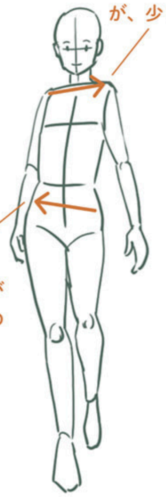
1 棒人間と胴体のアタリ（下描きの線）を描く

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。


腕は前に出している足と反対側が出る
あとでヒールの靴を描くので、かかとを上げる
重心
重心がかかっているので、出している足はのばす

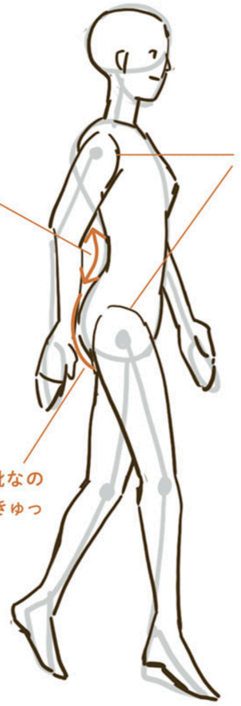
Point ポイント

前から見たところもイメージできるとさらに上達するよ。


腰と反対側の肩が、少し上がる
出している足に重心がかかるので、こちらの腰の位置が上がる

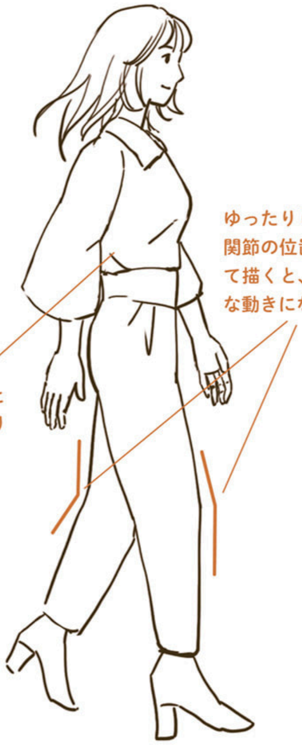
2 肉づけする

女性の体型（p.116）を意識して描く。


背筋をのばしているので背中がそる
肩や足の付け根を描いておくと、あとで服を描きやすい
ヒールの靴なので、お尻がきゅっと上がる

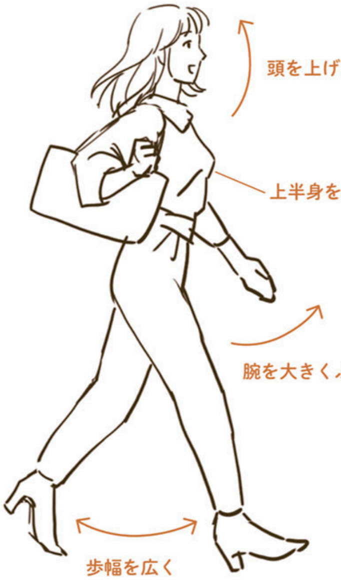
3 全体の仕上げをする

髪や服を描き、全体を整える。


ゆったりした服でも関節の位置を意識して描くと、より自然な動きになる
しわを描くと動きがわかりやすくなる

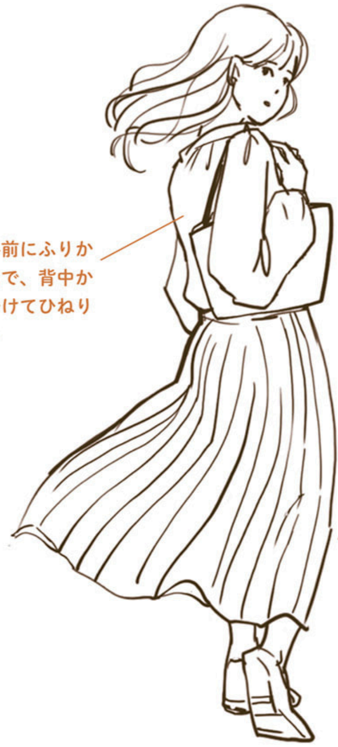
Arrange
アレンジ

腕を大きくふったり、歩幅を広く取るなどして、体の動きを大きくすると、元気にさっそうと歩く印象に。


頭を上げる
上半身をより前に
腕を大きくふる
歩幅を広く

歩きながら後ろをふりむく

ふりむいたことで頭の上部が奥に傾き、髪が左になびいています。

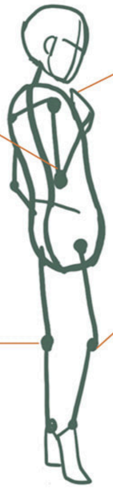


頭部が手前にふりかえることで、背中から腰にかけてひねりが生じる

出している左足に重心がかかり、曲がっている右足はかかとが少し持ち上がる

1 棒人間と胴体のアタリ（下描きの線）を描く

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。



バッグを持ったほうの肩が上がる

ふりかえることで背中のひねりが生じる

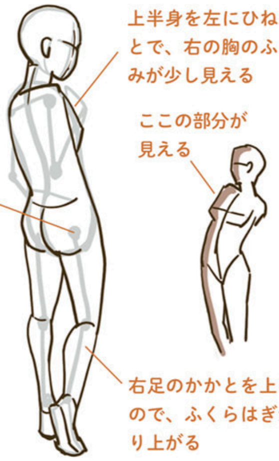
手前にくる足のひざを少し曲げる

奥にある、重心がかかっている左足がのび、腰の左側が上がる

2 肉付けする

女性の体型（p.116）を意識して描く。

手前の右腕を省いた肉付けを先にして、胴体がどう動いているのかを理解しておくとよい。



上半身を左にひねることで、右の胸のふくらみが少し見える

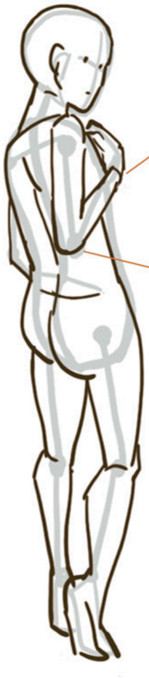
ここの部分が見える

手前になっている腰の右側が下がるので、お尻の右側も下がる

右足のかかとを上げるので、ふくらはぎが盛り上がる

3 腕の肉付けをする

2で描かなかった右腕の肉付けをする。



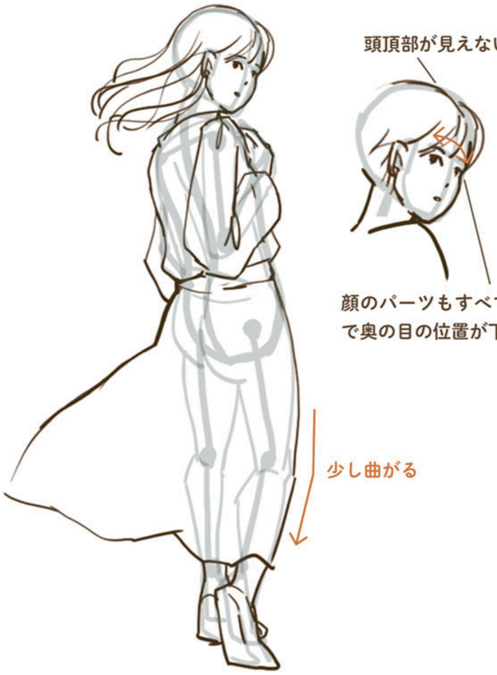
バッグを持つ手首が大きく曲がる

ふりかえるとひじを引くので、ひじの位置が斜め左になる

4 全体の仕上げをする

髪や服を描き、全体を整える。

あごをひいてふりかえると頭部全体が奥に傾き、煽りの角度（p.84）になるよ。



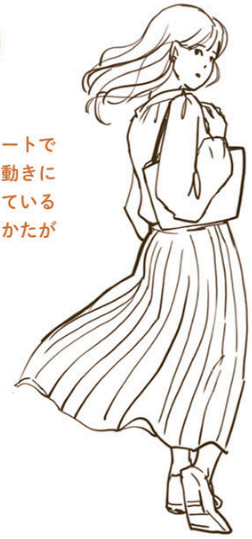
頭頂部が見えない

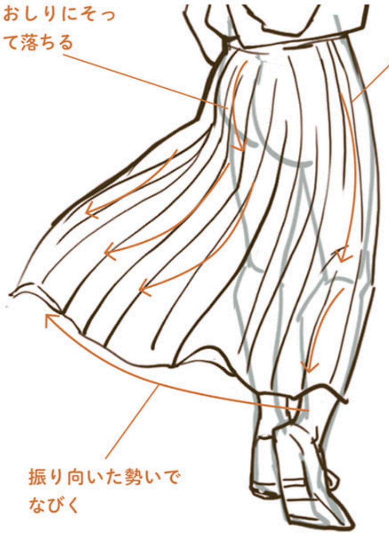
顔のパーツもすべて傾くので奥の目の位置が下がる

少し曲がる

Point
ポイント

足はロングスカートで隠れるが、足の動きによって、あたっているプリーツの落ちかたがかわる。





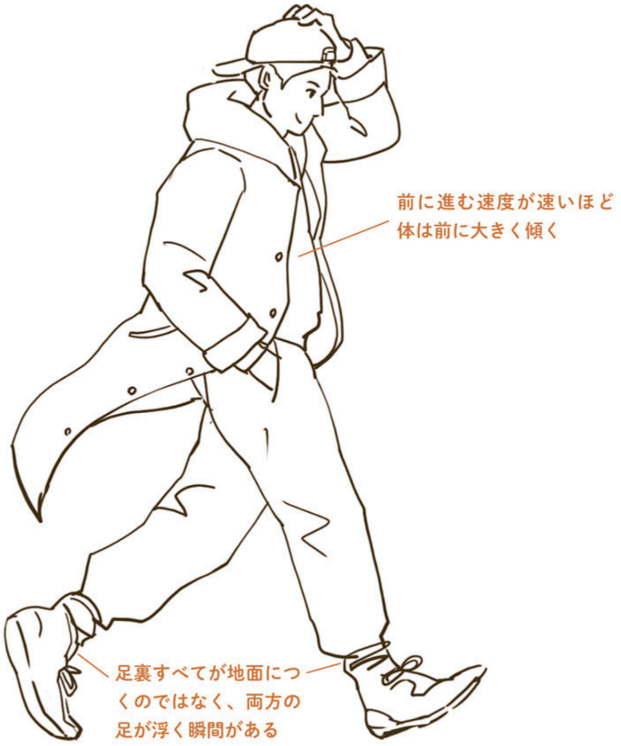
おしりにそって落ちる

腰から太ももにそって落ち、ふくらはぎの部分で流れがかわる

振り向いた勢いでなびく

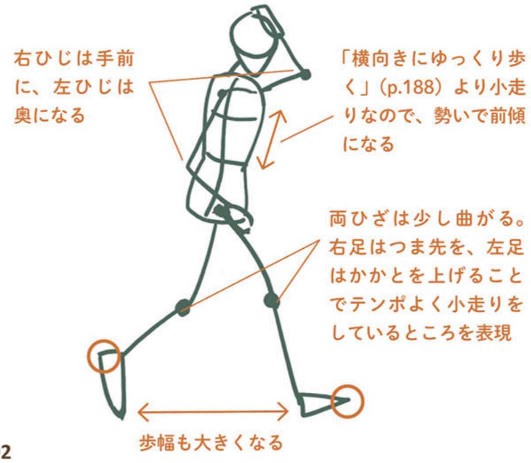
横向きに小走りする

少し足早にかけるポーズです。服をなびかせることで動きを出しています。


前に進む速度が速いほど体は前に大きく傾く
足裏すべてが地面につくのではなく、両方の足が浮く瞬間がある

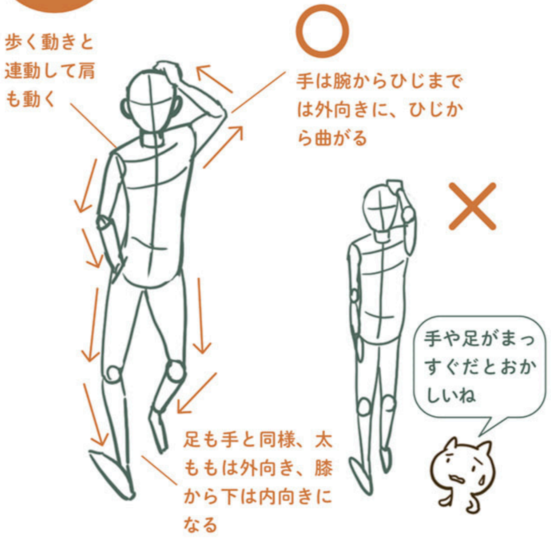
1 棒人間と胴体のアタリ（下描きの線）を描く

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。男性は女性に比べて凹凸が少ない胴体になる。


右ひじは手前に、左ひじは奥になる
「横向きにゆっくり歩く」（p.188）より小走りなので、勢いで前傾になる
両ひざは少し曲がる。右足はつま先を、左足はかかとを上げることでテンポよく小走りをしているところを表現
歩幅も大きくなる

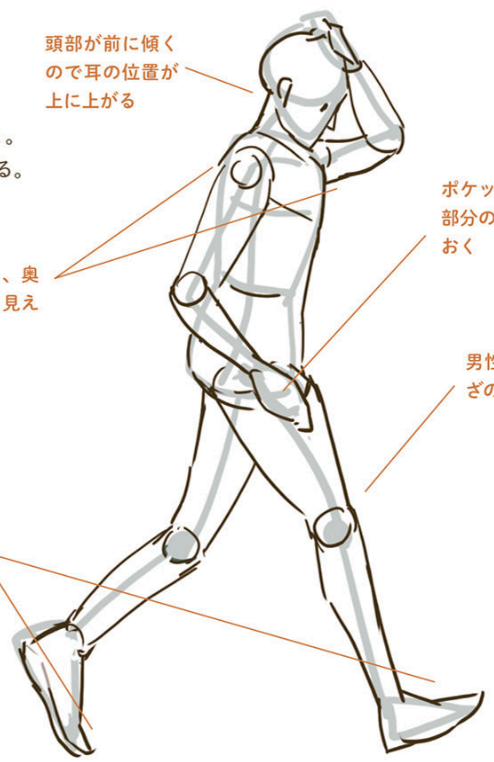
Point ポイント

前から見たところもイメージできると、さらに上達するよ。手と足がまっすぐ上下に動く。


歩く動きと連動して肩も動く
○
手は腕からひじまでは外向きに、ひじから曲がる
足も手と同様、太ももは外向き、膝から下は内向きになる
×
手や足がまっすぐだとおかしいね

2 肉付けする

男性の体型（p.116）を意識して描く。
女性よりも直線的になるのに注意する。



頭部が前に傾くので耳の位置が上に上がる

ポケットで隠れる部分の手も描いておく

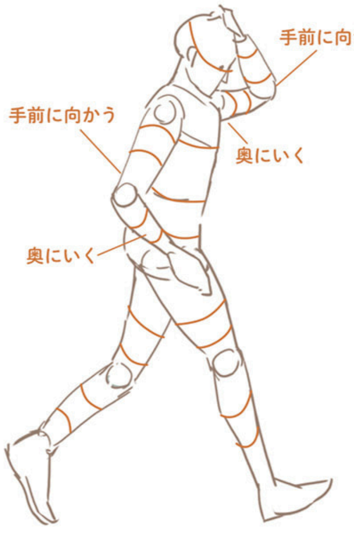
奥と手前だと、奥の腕が小さく見えるのを意識

男性なのでひじやひざの関節を強調する

元気な印象にするため、つま先は若干外向きにする。手前の右足は甲の部分が、奥の左足は足裏が少し見える

Point ポイント

奥行きがあるので、服の曲線の方向を確認しておく。



手前に向かう

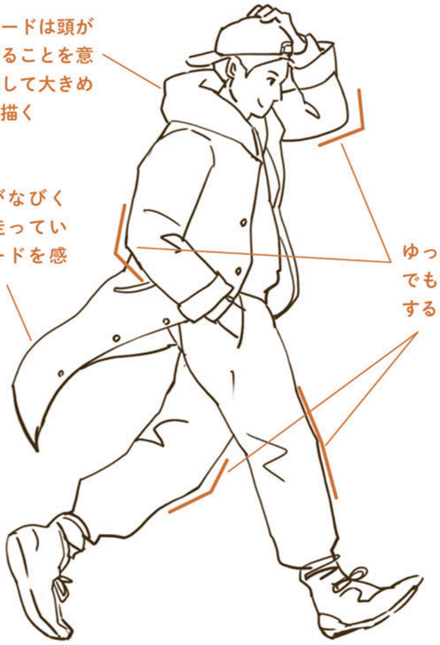
手前に向かう

奥にいく

奥にいく

3 全体の仕上げをする

髪や服を描き、全体を整える。



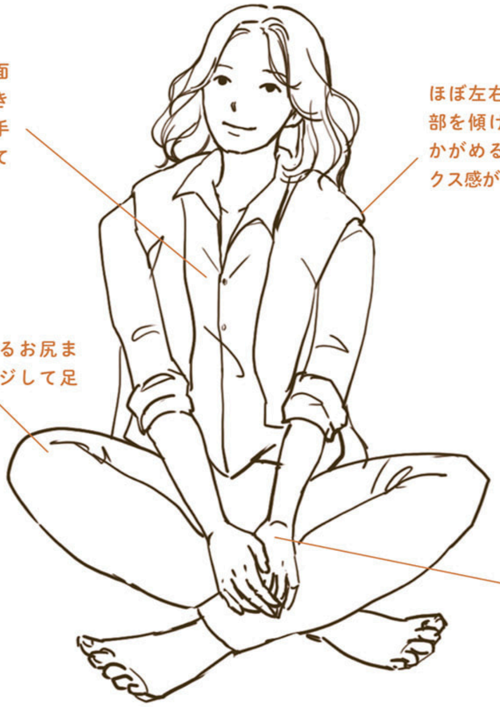
フードは頭が入ることを意識して大きめに描く

コートがなびくことで走っているスピードを感じさせる

ゆったりした服でも関節は意識する

正面を向いてあぐらで座る

あぐらをかいて見上げるリラックスしたポーズです。



このポーズは平面的なようで奥行きのあるポーズ。手前と奥を意識して体を描いていく

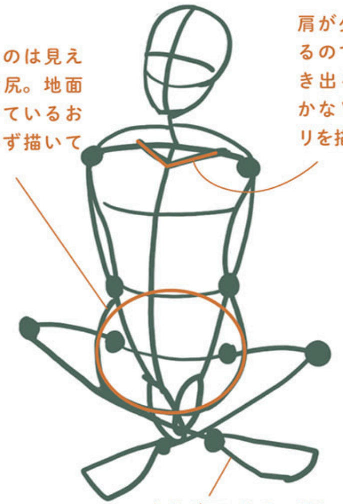
ほぼ左右対称だが、頭部を傾けたり、背中をかがめることでリラックス感が出る

隠れているお尻までイメージして足を描く

肩の位置を下げ、手を足首のあたりにおくことで重心が安定する

1 棒人間と胴体のアタリ（下描きの線）を描く

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。

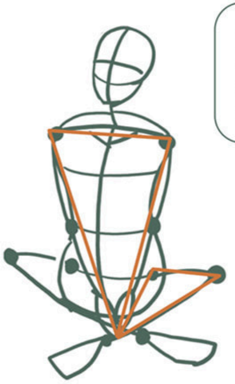


大事なのは見えないお尻。地面についているお尻を必ず描いておこう

肩が少し前にくるので鎖骨が浮き出る。ゆるやかなV字でアタリを描く

右足が下になる。隠れている部分もイメージすること

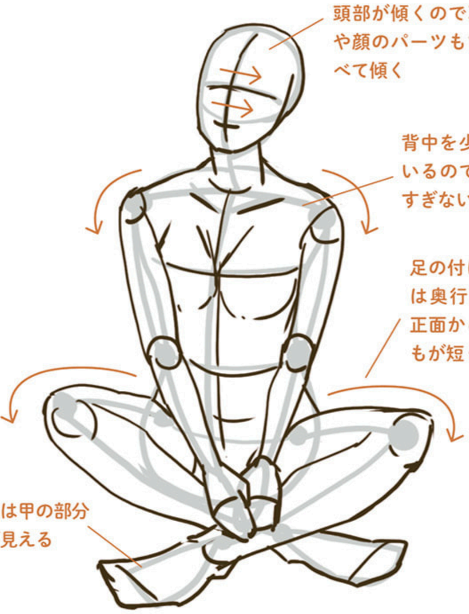
Point ポイント 左右の足の三角形、肩から手にかけての三角形と、３つの三角形ができる。アタリを描いておくと、描き進めやすくなるよ。



三角形になるポーズは意外に多いよ。三角形のアタリを描いておこう！

2 肉付けする

女性の体型（p.116）を意識して描く。



頭部が傾くので耳や顔のパーツもすべて傾く

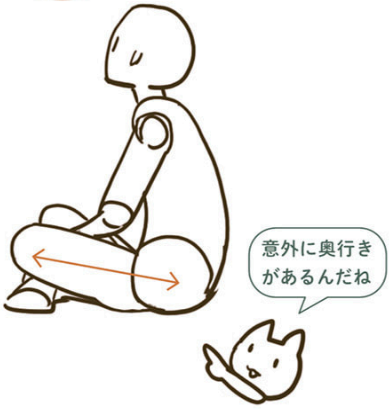
背中を少し曲げているので肩がはりすぎないように

足の付け根からひざには奥行きがあるので、正面から見るとふとももが短く見える

足は甲の部分が見える

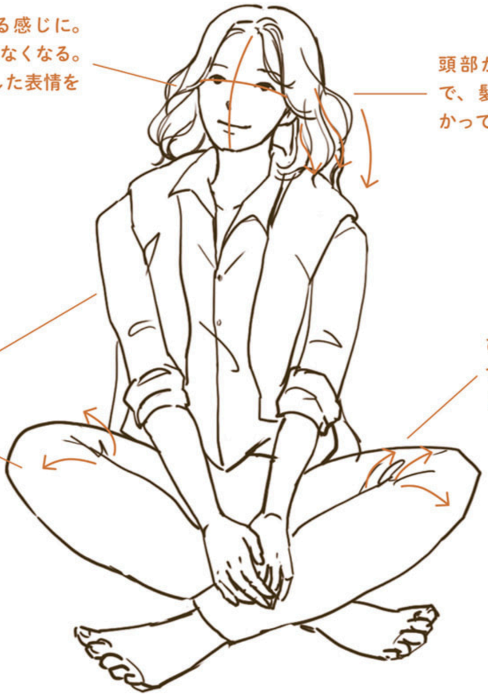
Point ポイント

足の付け根からひざは奥行きがあるよ。


意外に奥行きがあるんだね

3 全体の仕上げをする

髪や服を描き、全体を整える。



あごを上げる感じに。頭頂部は見えなくなる。リラックスした表情をつくろう。

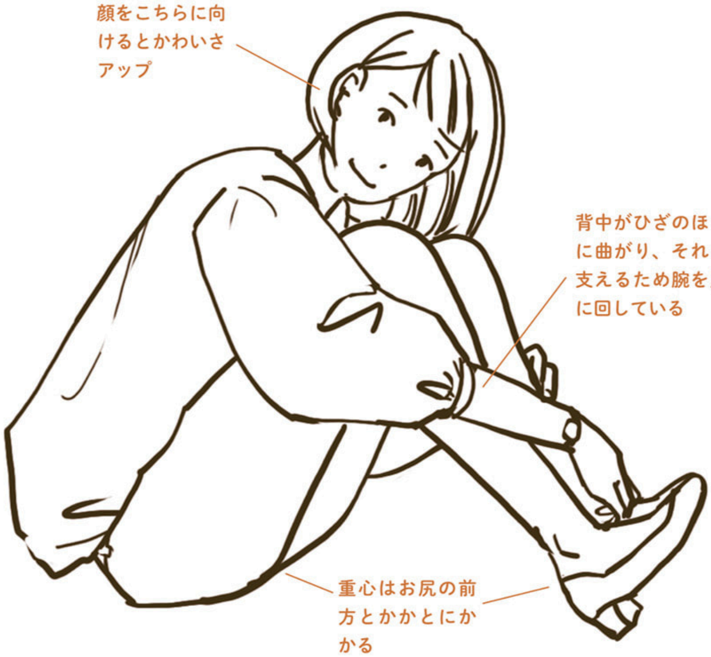
頭部が傾いているので、髪の落ち方も向かって右下に落ちる

シャツやボトムスは、体よりひとまわり大きめに描き、ゆったりとした雰囲気にしている

ひざは大きく曲げているので、足の形にそったシワをしっかり描く

横向きに体育座りをする

まっすぐに座ると子どもらしい体育座りも、体を傾けるとニュアンスが出ます。



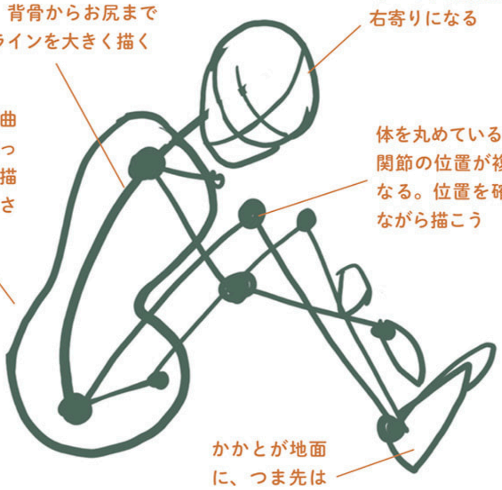
顔をこちらに向けるとかわいさアップ

背中がひざのほうに曲がり、それを支えるため腕を足に回している

重心はお尻の前方とかかとにかかる

1 棒人間と胴体のアタリ（下描きの線）を描く

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。



首、背骨からお尻までのラインを大きく描く

頭部はひざ側に傾くので、頭頂部が右寄りになる

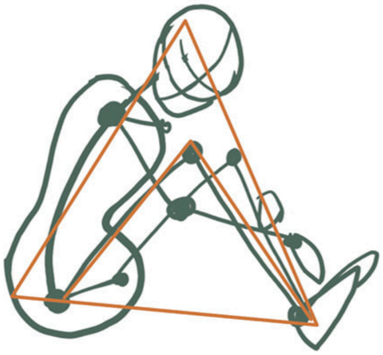
胴体は、背中が曲がるので、ひねったピーナツ形を描く。お尻の大きさを忘れずに

体を丸めているので、関節の位置が複雑になる。位置を確認しながら描こう

かかとが地面に、つま先は上に向かう

Point ポイント

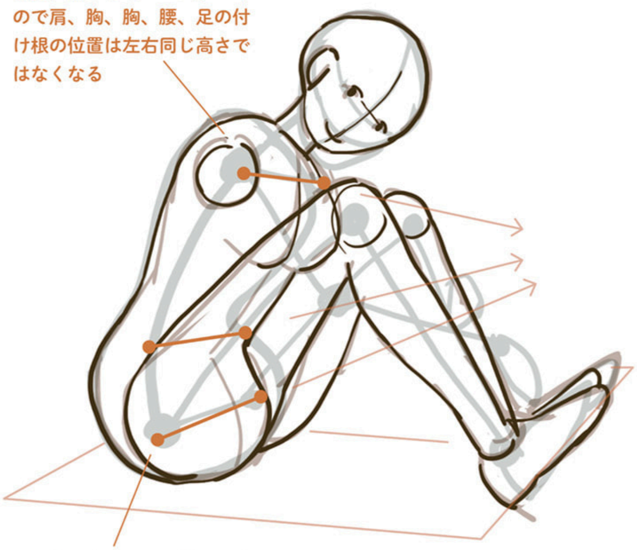
「正面を向いてあぐらで座る」（p.194）と同様に、三角形を意識。足がつくる三角形と、体全体の三角形のアタリを描くと、バランスがとりやすい。



2 肉付けする

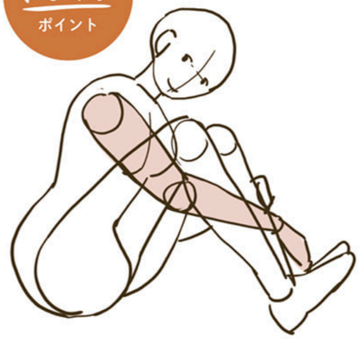
女性の体型（p.116）を意識して描く。

右奥に向かってパースがつくので肩、胸、胸、腰、足の付け根の位置は左右同じ高さではなくなる



お尻をしっかり描くことでバランスをとりやすくなる

Point
ポイント



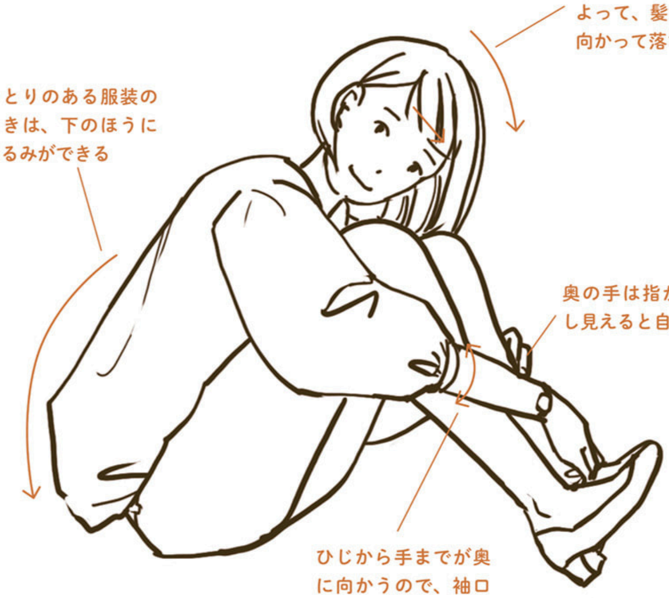
先に腕以外のパーツを描き、あとで腕をつけたすとバランスが取りやすい。

3 全体の仕上げをする

髪や服を描き、全体を整える。

頭部を傾けることによって、髪も右側に向かって落ちる

ゆとりのある服装のときは、下のほうにたるみができる

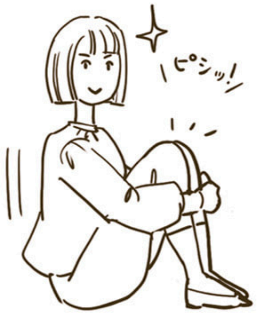


奥の手は指が少し見えると自然

ひじから手までが奥に向かうので、袖口は右下向きの曲線になる

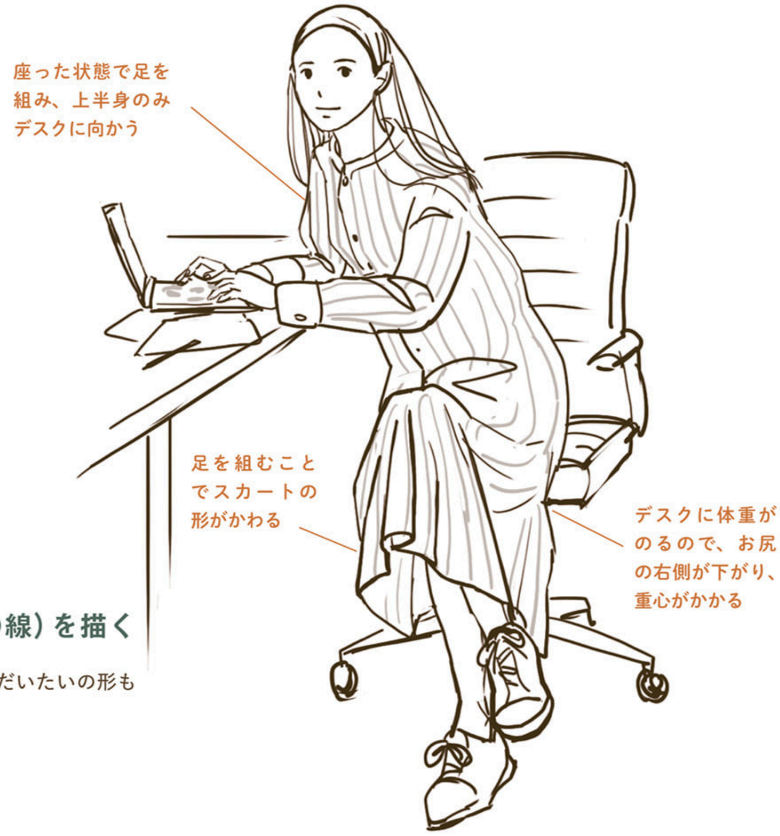
Point
ポイント

背筋を伸ばしてひざをピタッとつけるとぎこちない印象に。



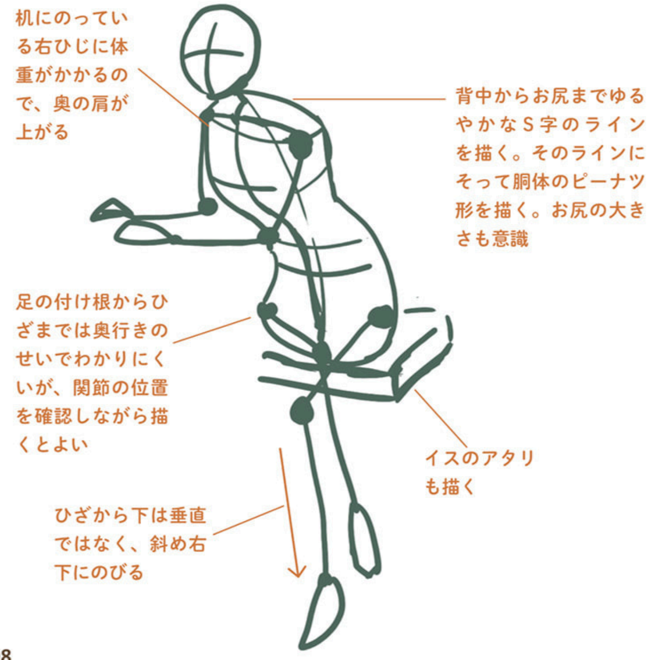
斜めを向いて足を組んで座る

上半身からお尻にかけてゆるやかなS字になる、ひねりのきいたポーズです。


座った状態で足を組み、上半身のみデスクに向かう
足を組むことでスカートの形がかわる
デスクに体重がのるので、お尻の右側が下がり、重心がかかる

1 棒人間と胴体のアタリ（下描きの線）を描く

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。


机にのっている右ひじに体重がかかるので、奥の肩が上がる
背中からお尻までゆるやかなS字のラインを描く。そのラインにそって胴体のピーナツ形を描く。お尻の大きさも意識
足の付け根からひざまでは奥行きのせいでわかりにくいが、関節の位置を確認しながら描くとよい
イスのアタリも描く
ひざから下は垂直ではなく、斜め右下にのびる

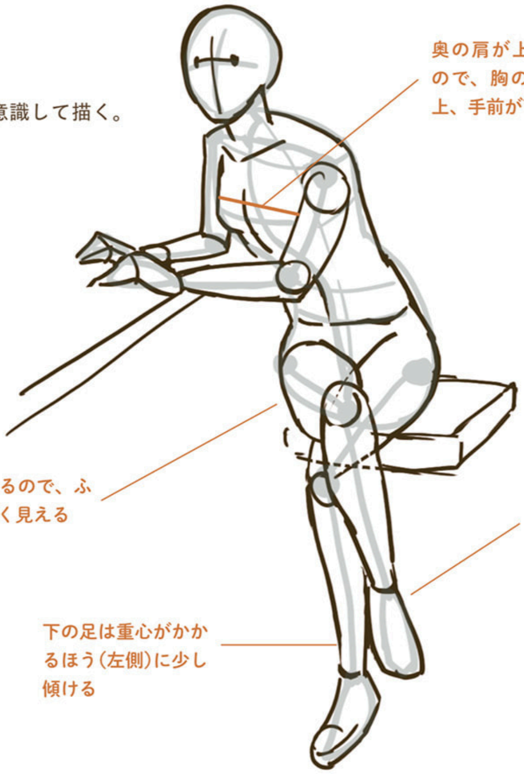
Point ポイント

見ただけではわかりにくいポーズは、自分でやってみると理解しやすいよ。

どっちに体が曲がって、どっちに体重がのるかな？

2 肉付けする

女性の体型（p.116）を意識して描く。
体のひねりを意識する。



奥の肩が上がっているので、胸の位置も奥が上、手前が下になる

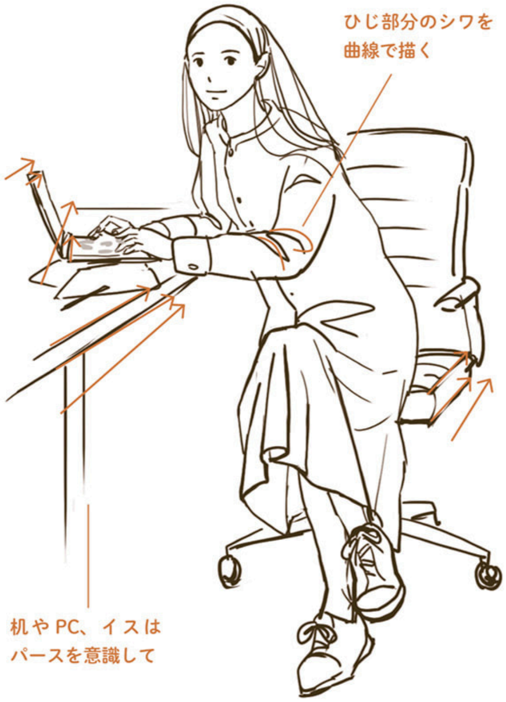
奥行きがあるので、ふとももは短く見える

のせた足は浮いているので、下の足のくるぶしくらいまで

下の足は重心がかかるほう（左側）に少し傾ける

3 全体の仕上げをする

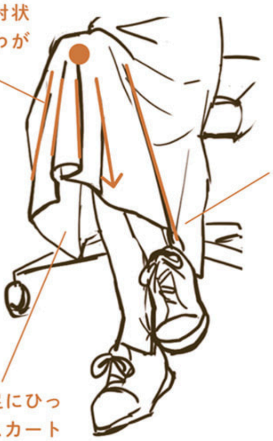
髪や服を描き、全体を整える。イス、机、PC なども描く。



ひじ部分のシワを曲線で描く

机や PC、イスはパースを意識して

Point ポイント　スカートで足が見えなくても、しわとスカートの流れで足の形を表現しよう。



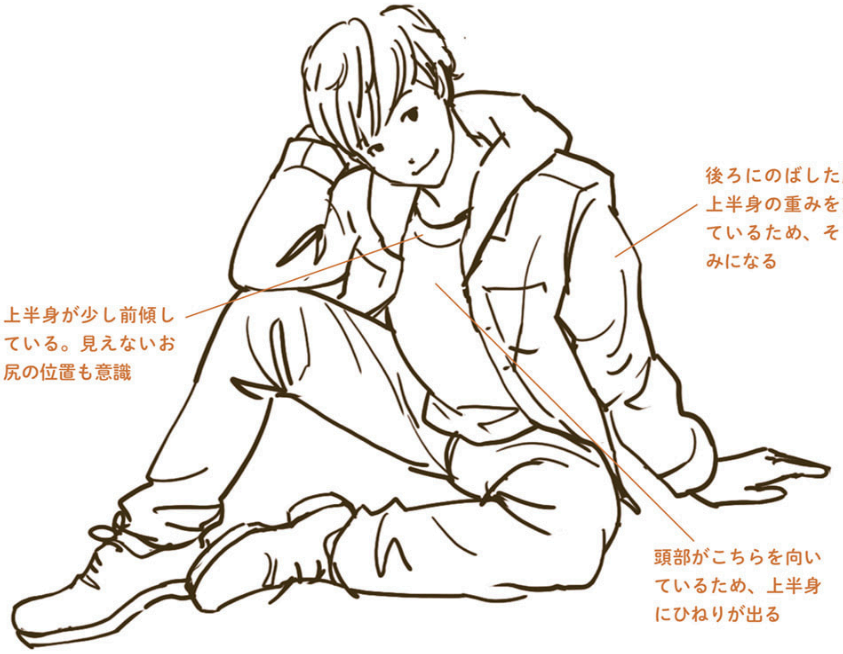
ひざから放射状に大きなしわができる

一番手前にある部分の線を太めに描くことで、スカートで奥行きを表現する

上にのせた足にひっぱられて、スカートの端が上がる

後ろに手をついて座る

片ひざを立て重心が後ろ側にある、ゆったりしたポーズです。



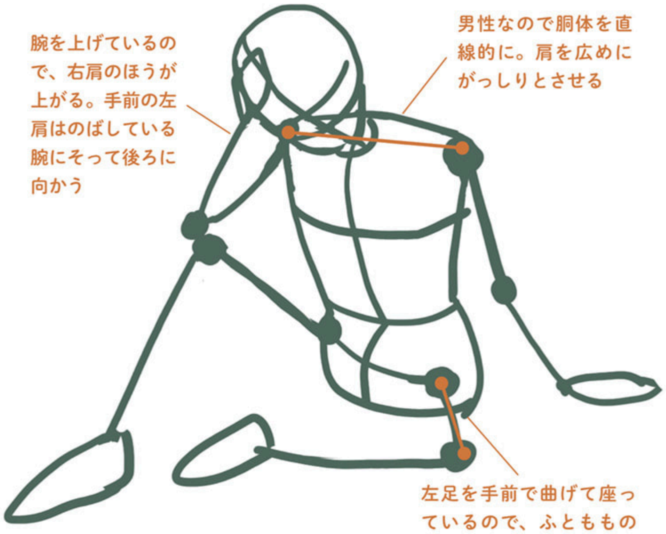
後ろにのばした腕は上半身の重みを支えているため、そりぎみになる

上半身が少し前傾している。見えないお尻の位置も意識

頭部がこちらを向いているため、上半身にひねりが出る

1 棒人間と胴体のアタリ（下描きの線）を描く

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。



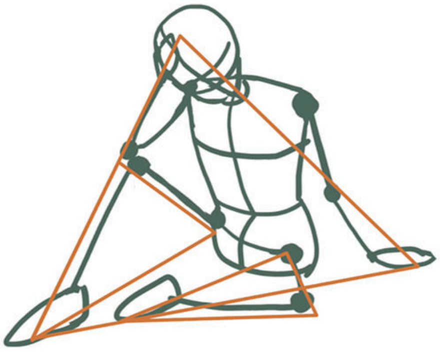
腕を上げているので、右肩のほうが上がる。手前の左肩はのばしている腕にそって後ろに向かう

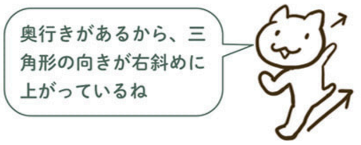
男性なので胴体を直線的に。肩を広めにがっしりとさせる

左足を手前で曲げて座っているので、ふともも の長さは短く見える

Point ポイント

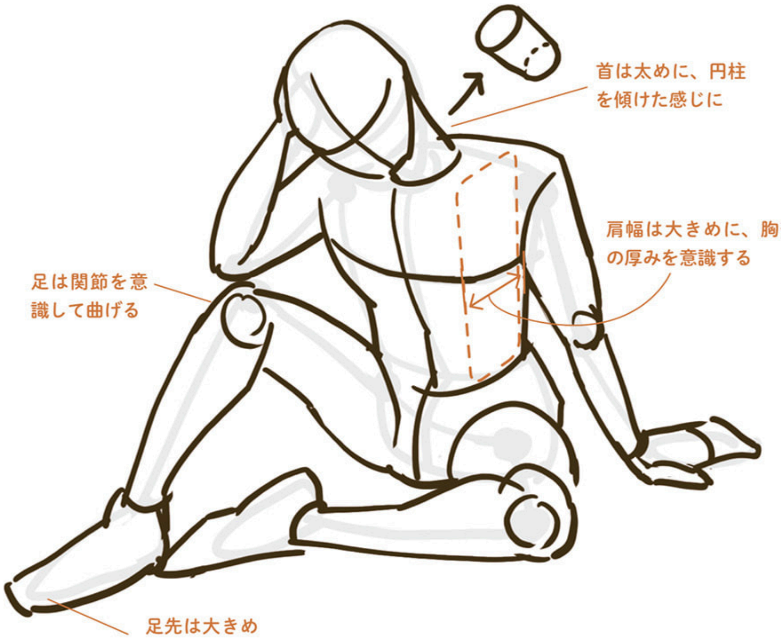
ポイントは三角形。左右の足がつくる三角形と、体がつくる三角形を描いておこう。




奥行きがあるから、三角形の向きが右斜めに上がっているね

2 肉付けする

男性の体型（p.116）を意識して描く。線は女性よりも直線的になる。



首は太めに、円柱を傾けた感じに

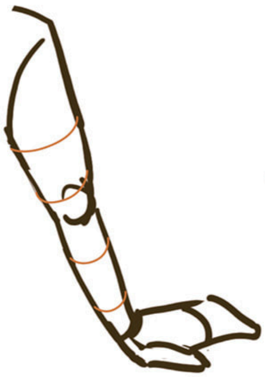
肩幅は大きめに、胸部の厚みを意識する

足は関節を意識して曲げる

足先は大きめに描く

Point ポイント

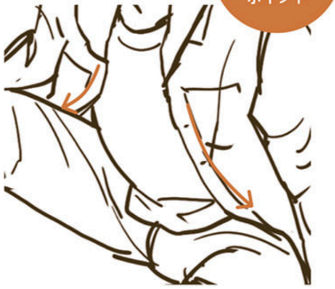
左腕は肩から手にかけて奥に向かうので、少し細くなる。



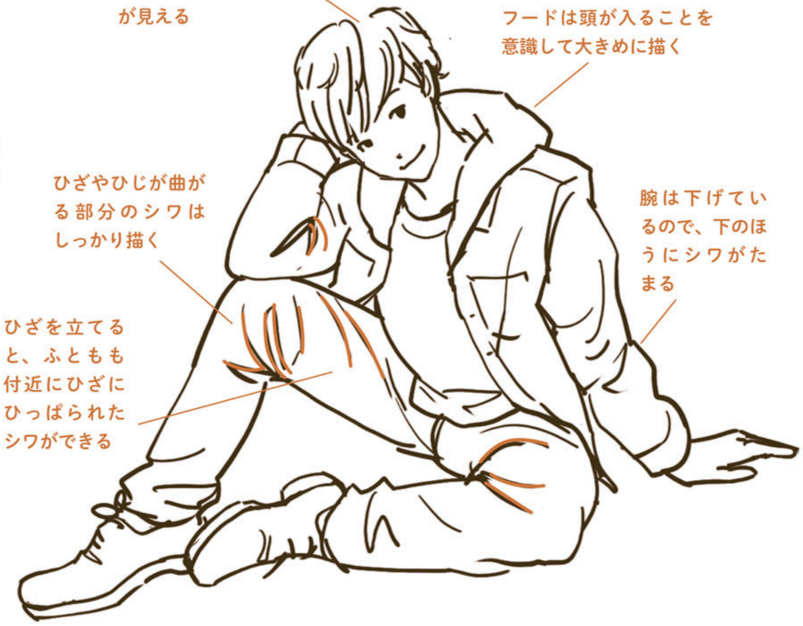
3 全体の仕上げをする

髪や服を描き、全体を整える。

Point ポイント



足を広げると上着の端が左右に開く。



頭部は俯瞰の角度に近くなり、頭頂部が見える

フードは頭が入ることを意識して大きめに描く

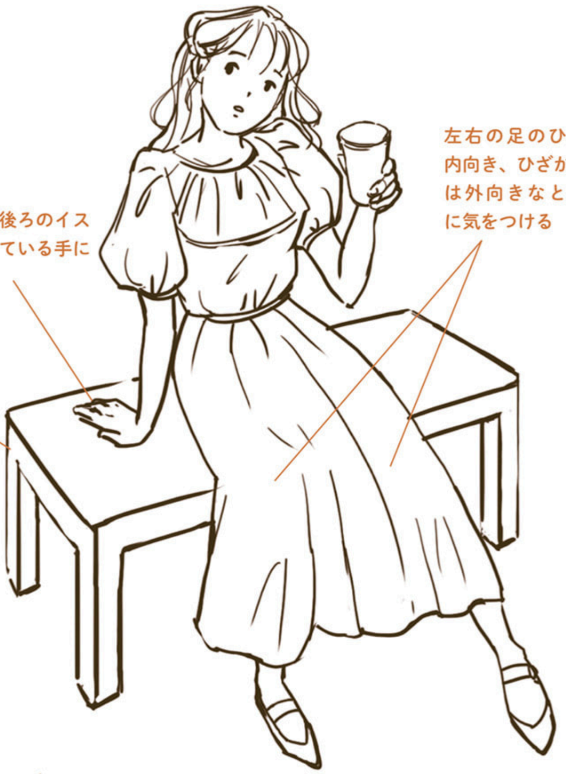
ひざやひじが曲がる部分のシワはしっかり描く

腕は下げているので、下のほうにシワがたまる

ひざを立てると、ふともも付近にひざにひっぱられたシワができる

後ろに手をついてイスに座る

座っている人を上から見下ろしている俯瞰のポーズです。



パースにそって下になるほどだんだんと小さく描くことを意識しよう

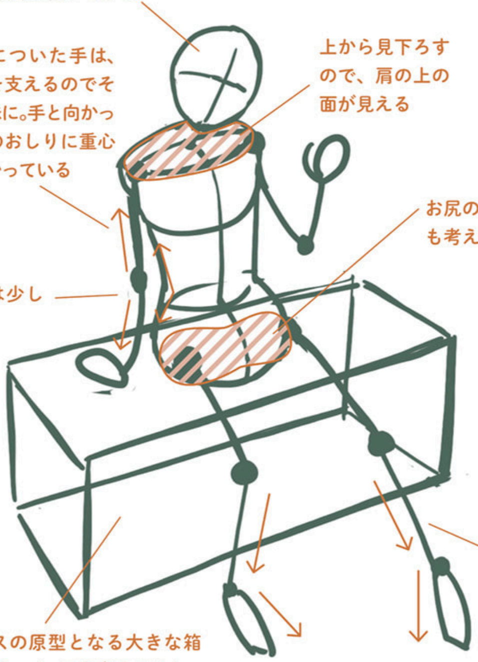
イスの下描きも人物と同時に描いておくことで、お尻が接しているイメージがしやすくなる

重心は後ろのイスについている手にかかる

左右の足のひざは内向き、ひざから下は外向きなところに気をつける

1 棒人間と胴体のアタリ（下描きの線）を描く

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。



頭部は傾いている

後ろについた手は、体重を支えるのでそり気味に。手と向かって左のおしりに重心がかかっている

上から見下ろすので、肩の上の面が見える

背中は少しそる

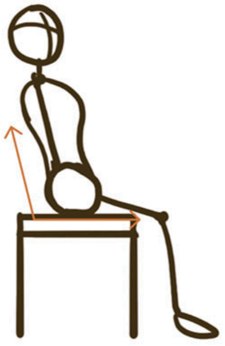
お尻の接地面も考えて

足は内股。重心のバランスをとるため両足を少し開く

イスの原型となる大きな箱の形。パースを考えること

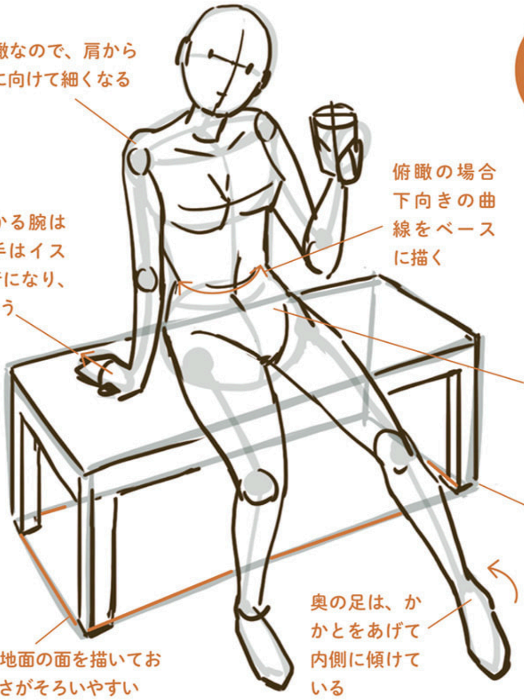
Point ポイント

お尻から、体の向きがかわることに注目。



2 肉付けする

女性の体型（p.116）を意識して描く。



俯瞰なので、肩から腰に向けて細くなる

重心のかかる腕はそらす。手はイスの面と平行になり、後ろに向かう

俯瞰の場合下向きの曲線をベースに描く

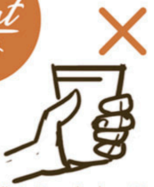
お尻がついていることを意識して。お尻のボリュームを忘れずに

イスに、座面や脚をつける

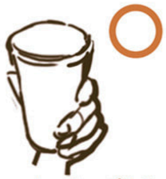
奥の足は、かかとをあげて内側に傾けている

イスが接する地面の面を描いておくと、脚の長さがそろいやすい

Point ポイント



真横からの角度にはならない



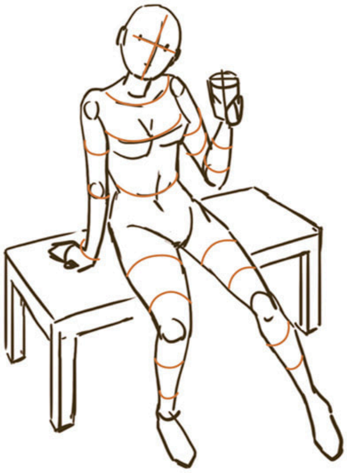
コーヒーカップや手は、見下ろした角度になるよ

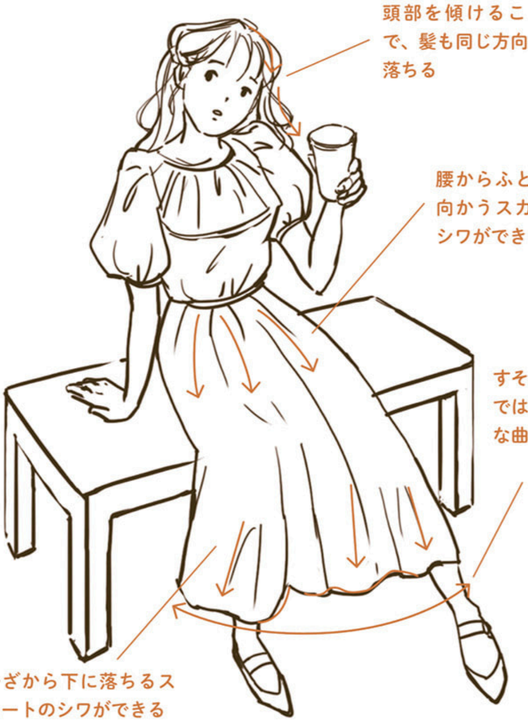
3 全体の仕上げをする

髪や服、イスを描き、全体を整える。

Point ポイント

服のそで口などは上から見ているので、下向きの曲線にそって描く。





頭部を傾けることで、髪も同じ方向に落ちる

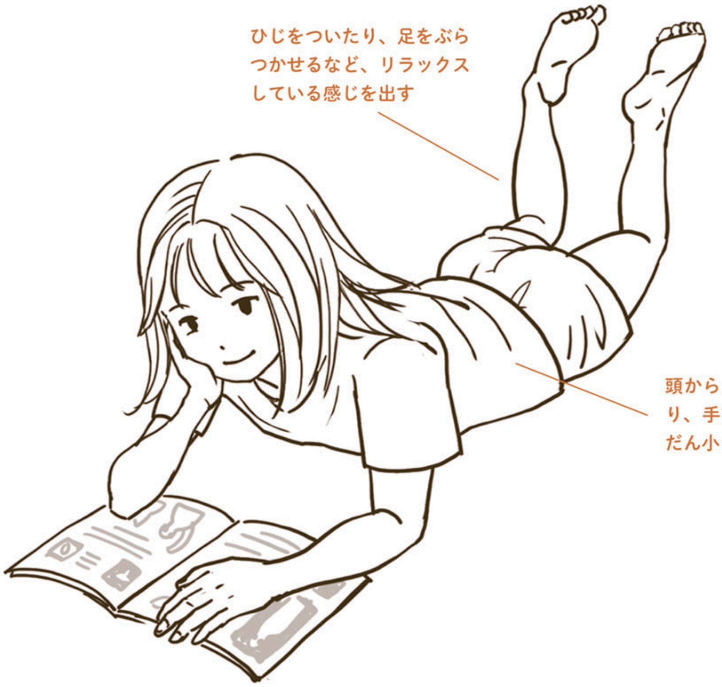
腰からふとももに向かうスカートのシワができる

すそはまっすぐではなく、大きな曲線になる

ひざから下に落ちるスカートのシワができる

寝転がって本を読む

寝転がって本を読んでいるポーズです。

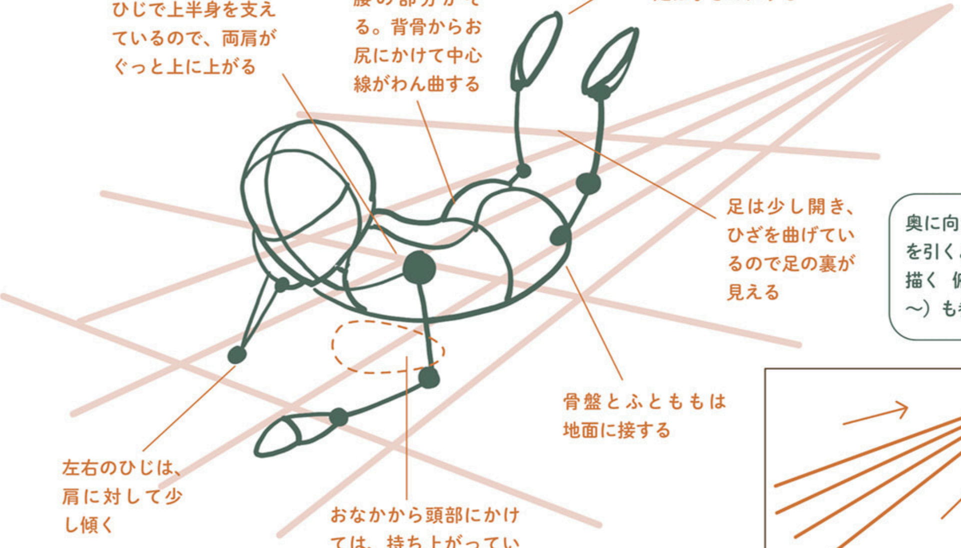


ひじをついたり、足をぶらつかせるなど、リラックスしている感じを出す

頭から足に向けてパースがかかり、手前から奥に向かってだんだん小さくなる

1 棒人間と胴体のアタリ（下描きの線）を描く

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。俯瞰のパースのアタリも描いておく。



遠近感を出すために頭は大きめに、足は小さめにする

ひじで上半身を支えているので、両肩がぐっと上に上がる

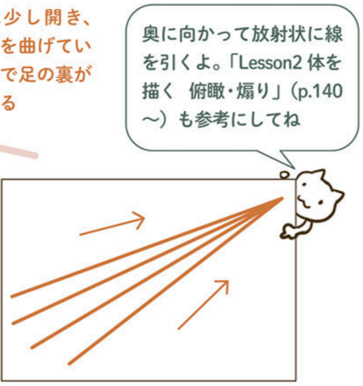
腰の部分がそる。背骨からお尻にかけて中心線がわん曲する

足は少し開き、ひざを曲げているので足の裏が見える

骨盤とふとももは地面に接する

左右のひじは、肩に対して少し傾く

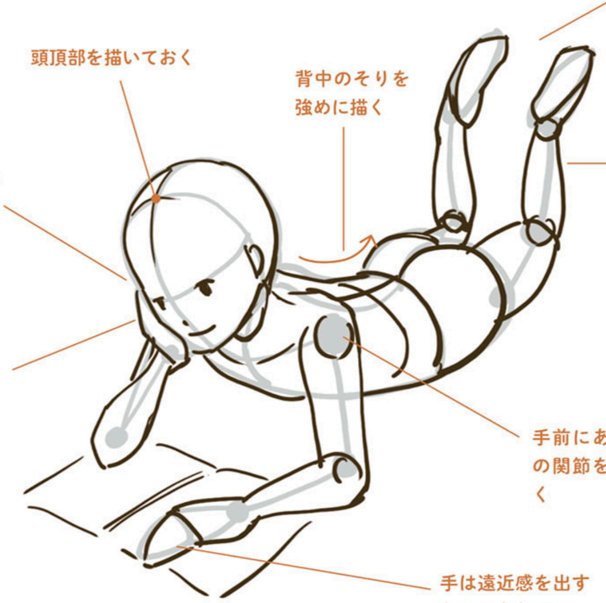
おなかから頭部にかけては、持ち上がっているので空間ができる



奥に向かって放射状に線を引くよ。「Lesson2 体を描く　俯瞰・煽り」（p.140～）も参考にしてね

2 肉付けする

女性の体型（p.116）を意識して描く。体のひねりを意識する。



足は左右をそろえすぎないほうが自然

頭頂部を描いておく

背中のそりを強めに描く

おいた本を見ているので顔は下を向く

ふくらはぎは少しふっくらさせる

奥の手で頭を支えているので、ほほが上に持ち上がるのを意識

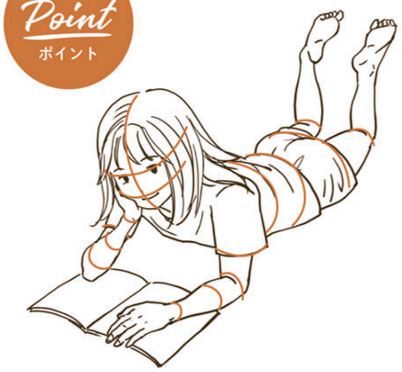
手前にある左腕の肩の関節をしっかり描く

手は遠近感を出すために大きめに

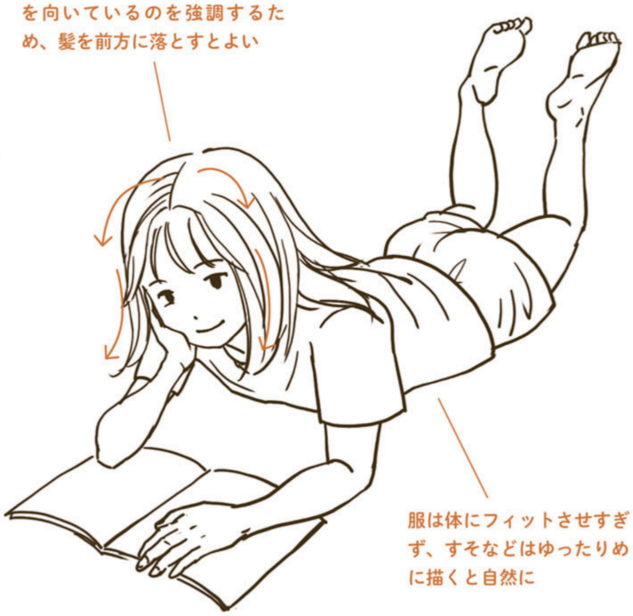
3 全体の仕上げをする

髪や服を描き、全体を整える。

Point
ポイント



パースに合うように、服のそでの向きなどを確認しながら描こう。

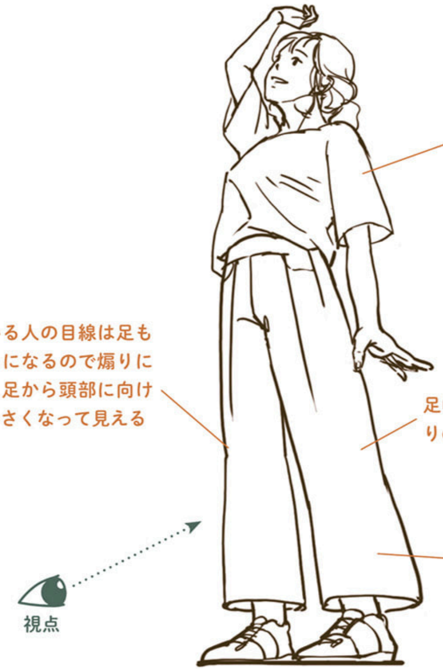


頭頂部から髪をおろす。顔が下を向いているのを強調するため、髪を前方に落とすとよい

服は体にフィットさせすぎず、すそなどはゆったりめに描くと自然に

煽（あお）りで見上げて立つ

元気に空を見上げているポーズです。



上に向かうパースだけでなく、左奥に向かうパースもついている

見ている人の目線は足もとからになるので煽りになり、足から頭部に向けて、小さくなって見える

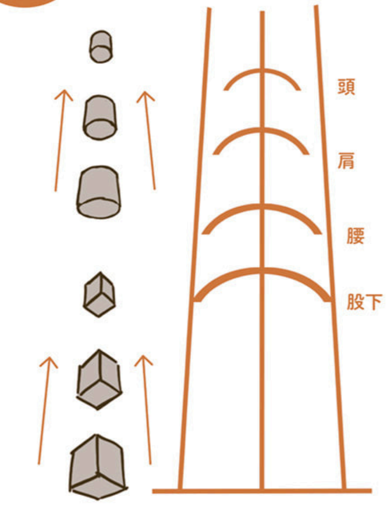
足幅を広げ、少し煽りの角度

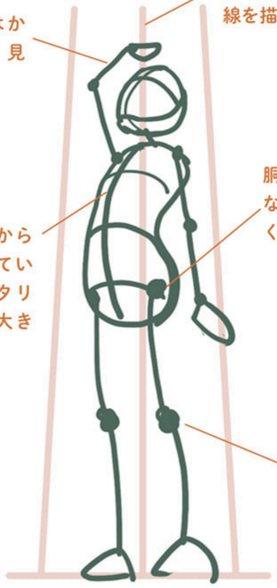
重心は両足にかかっている

1 棒人間と胴体のアタリ（下描きの線）を描く

胴体だけでなく、頭部や手足のだいたいの形も描いておくとわかりやすい。煽りのパースのアタリも描いておく。

Point ポイント パースのアタリを描き、肩、腰、股下の目安をつけると、描きやすくなる。真正面で描くときよりも、パーツが上に寄るよ。





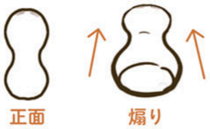
全体の中心線を描く

上げた腕はかなり小さく見える

斜め下の角度から見て腰がそっているので胴のアタリ線は左向きの大きな曲線になる

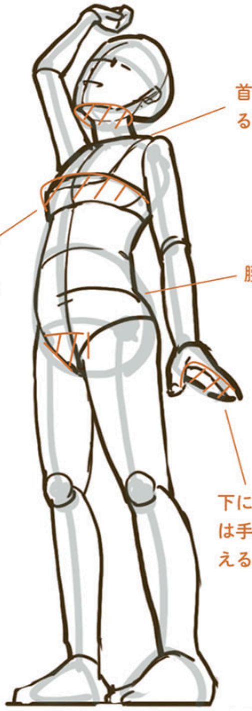
肩や足の付け根、ひざの左右の関節の位置を確認する

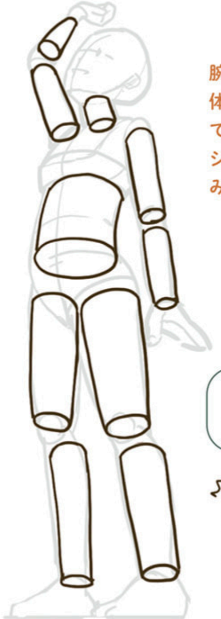
胴体を描くとき、ベースになるピーナッツ形の下のふくらみが大きくなる



2 肉付けする

女性の体型（p.116）を意識して描く。関節や肉の付き方を意識して、腕や足がまっすぐにならないように。


首は肩に隠れる部分がある
あごや胸の下の面、股下が見える
腰がそる
下に開いた左手は手のひらが見える



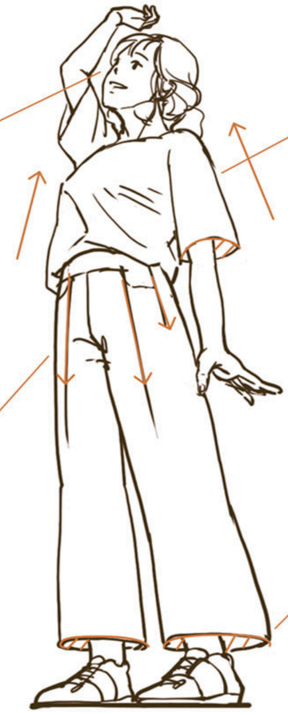
Point ポイント

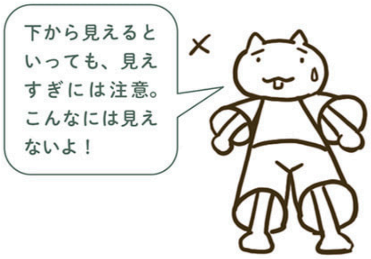
腕や足はまず、全体的に上に向かって細くなるイメージで円柱を描いてみよう。

こうやって見ると円柱だらけだね！

3 全体の仕上げをする

髪や服を描き、全体を整える。


顔のパーツが上に集まる
服は上に向かって小さく細くなり、そで口などは上向きの曲線にそって描く
ゆったりしたパンツの場合は腰からふとももにそって軽いシワができる
下から見ているためシャツやボトムスのすその中が見える


下から見えるといっても、見えすぎには注意。こんなには見えないよ！
×

武蔵野美術大学油絵科卒業。卒業後大手ゲーム会社でキャラクターデザイナーとして勤める。フランス、ニュージーランドと生活拠点をうつしながらフリーイラストレーター、アートディレクターとして仕事を開始。現在は講師をしながらアーティストとして活躍中。銀座、パリ、ニューヨーク、ニュージーランドなどでグループ展や個展を他数開催。「リキテックスビエンナーレ」特別賞、横浜アートコンペテイション入賞、昭和シェル現代美術賞展入賞など受賞多数。著書に『いちばんていねいな、基本のデッサン』『いちばんていねいな、人物のデッサン』（日本文芸社）がある。

https://www.yoshi-art.com/

Staff

編集・制作	後藤加奈（株式会社ロビタ社）
装丁・本文デザイン	三浦周子
イラスト	小椋芳子
イラスト（P10-13）	XIAN OZN

「なんだかおかしい」を徹底攻略（てっていこうりゃく）
人物（じんぶつ）の描（か）きかたバイブル

2023 年 6 月 1 日発行

著　者　小椋芳子（おぐらよしこ）

発行者　吉田芳史

発行所　株式会社日本文芸社

Ⓒ Yoshiko Ogura 2023

本作品は、2023 年 6 月 1 日に弊社より発行された『「なんだかおかしい」を徹底攻略　人物の描きかたバイブル』を原本とし、電子版として編集されたものです。

本作品の全部または一部を無断で複製・転載・配信・送信したり、ウェブページ上に転載することを禁止します。また、本作品の内容を無断で改変・改竄等を行うことも禁止します。
購入時にご承諾いただいた規約により、有償・無償にかかわらず本作品を第三者に譲渡することはできません。
本作品は電子端末での閲覧に向くよう、一部デザイン等を変更しております。あらかじめご了承ください。

日本文芸社 URL　https://www.nihonbungeisha.co.jp/
つくりら・美しい手工芸と暮らしのサイト　https://www.tsukurira.com